L'autore di
Messaggi da lassù

JAMES VAN PRAAGH

Le chiavi del Paradiso

IL MEDIUM
PIÙ POPOLARE
D'AMERICA
CI APRE
LE PORTE
DELL'INFINITO

Sonzogno

VISIT…

James Van Praagh ha cambiato la vita di milioni di persone grazie alla sua straordinaria capacità di comunicare con l'aldilà. Nel suo libro precedente, *Messaggi da lassù*, ci ha spiegato che la morte non è la fine di tutto, che i cari scomparsi fanno parte della nostra vita quotidiana e che un giorno ci ricongiungeremo con loro nelle dimore celesti.

Ora Van Praagh approfondisce questo messaggio incoraggiante e trascendente. *Le chiavi del Paradiso* è una guida che ci accompagna nel cammino per diventare "esseri spirituali", aiutandoci ad addentrarci nella nostra interiorità alla scoperta della voce soprannaturale insita in noi, una voce che, una volta compresa, trasforma la vita in un'esistenza di forza, di gioia e d'amore.

In ciascuno di noi brilla una scintilla divina - l'anima - che purtroppo dimentichiamo quando ci lasciamo sopraffare e condizionare dalle illusioni del mondo materiale. Impregnata di energia divina, l'anima immortale racchiude non solo la saggezza dell'infinito, ma anche la nostra completa "eredità spirituale", vale a dire i pensieri, le azioni e i desideri di tutta l'eternità. Per essere completamente vivi, dobbiamo sviluppare un "senso dell'anima", ossia una forte connessione con il nucleo spirituale che è la quintessenza di ciò che siamo. Van Praagh ci fa compiere il viaggio dell'anima nel tempo, per rivelare ciò che accade nella morte, a cosa somiglia il mondo spirituale, in quali modi un'anima sceglie di rinascere e l'effettivo processo della reincarnazione.

Le lezioni che provengono dai regni situati al di là della vita ci spiegano anche perché le nostre energie spirituali possono essere

Segue nell'altro risvolto

bloccate dalle emozioni negative come il senso di colpa e la paura. L'autore condivide con noi storie commoventi di comunicazione dall'aldilà grazie alle quali riusciremo a comprendere che persino le cicatrici emotive più dolorose possono essere guarite e che, quando ritroviamo la condizione di equilibrio, siamo in grado di riscoprire la nostra vera natura spirituale e di raggiungere l'autoconsapevolezza, l'autostima e l'amore verso noi stessi.
Saggio, ricco di compassione e toccante, *Le chiavi del Paradiso* è una celebrazione della nostra natura divina.

James Van Praagh è un medium e sensitivo universalmente famoso. Consulente per il programma televisivo americano "The Other Side", trasmissione dedicata al mondo dei fenomeni paranormali, tiene seminari e diffonde la conoscenza della vita oltre la morte in America e nel mondo intero. Partecipa in qualità di anfitrione e conferenziere a viaggi organizzati nei principali centri spirituali, dal Brasile all'Egitto, dal Messico a Sedona. Vive a Los Angeles. Dell'autore, Sonzogno ha già pubblicato *Messaggi da lassù.*

In copertina: foto ©Robert Mort/Laura Ronchi-Tony Stone
Progetto grafico di Laura Carenzi

www.sonzogno.rcslibri.it

L. 28.000
€ 14,48

ISBN 88-454-2037-X

James Van Praagh

LE CHIAVI DEL PARADISO

Traduzione di
Marina Panatero e
Tea Pecunia Bassani

Sonzogno

Le esperienze individuali raccontate in questo libro sono vere. Ma, in qualche caso, nomi e altri particolari sono stati cambiati per proteggere l'identità delle persone coinvolte.

Copyright © Spiritual Horizon, Inc., 1999
All rights reserved
Copyright © 2000 RCS Libri S.p.A.
Via Mecenate 91 - Milano

Titolo originale
Reaching to Heaven.
A Spiritual Journey through Life and Death

ISBN 88-454-2037-X

I edizione Sonzogno: ottobre 2000

A Regina, mia madre

I suoi occhi mi hanno mostrato la bellezza del cielo;
Le sue parole mi hanno insegnato il linguaggio degli angeli;
Le sue canzoni hanno condiviso la musica dei cori celesti;
E il suo amore mi ha avvicinato al volto di Dio.

Ringraziamenti

Questo libro non avrebbe mai potuto essere realizzato senza lo sforzo comune, l'ispirazione, e il duro lavoro di tante anime gentili che hanno dedicato la loro energia ad aiutarmi a fendere l'oscurità illuminando queste pagine con la luce dorata del cielo.

Per le migliaia di persone che mi hanno scritto parole di incoraggiamento e di dolore da tutto il mondo, questo libro è la mia lettera di risposta a ciascuno di loro. Spero che le sue pagine elevino il vostro cuore e vi portino conforto e sostegno, dato che *siamo* spirito e lo spirito non muore mai. Possano tutte le vostre paure e le vostre disillusioni essere trasformate in coraggio e forza.

Esprimo la mia gratitudine alle persone le cui storie sono raccolte in questo libro; grazie per aver condiviso momenti toccanti. Desidero che, attraverso la rievocazione delle vostre esperienze dolorose, altri possano essere attraversati dallo stesso potere di guarigione dello spirito.

E in particolare a...

Linda Carwin Tomchin, che ha veramente dato le ali alle mie parole e ha procurato l'inchiostro alla mia penna, ringrazio il cielo per avermi inviato un angelo così qualificato.

Brian Preston: il tuo amore, il tuo sostegno e la tua pazienza hanno arricchito la mia vita e mi hanno insegnato lezioni preziose sulla condivisione. Grazie per aver trovato sempre il tempo per essere qui con un sorriso gentile, con una mano amica, e con una parola cortese.

Brian L. Weiss, la cui amicizia e il cui sostegno mi hanno accompagnato nel corso delle vite. Grazie per avermi reso più facile rivelare la verità malgrado coloro che usano l'ignoranza e la paura per rinnegarla. Attendo con impazienza di discutere sui dilemmi più profondi della vita nella nostra prossima colazione delle otto e trenta.

Michael J. Tamura, grazie per aver ripreso le mie lacune con numerose "messe a punto". Sei una vera ispirazione.

Joseph Skeehan: la tua amicizia, la tua onestà e la tua fiducia sono veramente tenute in gran conto. Grazie perché credi nella mia missione e mi accompagni nella lunga cavalcata sulle montagne russe verso il cielo.

Ron Oyer: c'è un grande mondo qui fuori... Grazie perché porti la sua bellezza e il suo splendore a tanti. I luoghi incredibili che hai condiviso con noi sono sacri quanto lo sei tu.

Scott Schwimer: apprezzerò sempre i tuoi occhi magici all'erta per me. Conto sulla tua onestà, sulla tua lealtà e sulla tua amicizia come tesori cari.

A Suzanne, Karen, Carol, Jennifer, Helen, Bob e tutte le persone dell'ICM, grazie per la vostra professionalità nel prendervi cura di ogni minimo dettaglio.

A Phyllis, Nicole e tutti del PR, con una Missione, nessu-

no lavora così duramente! La vostra dedizione, la vostra amicizia e le vostre risate portano gioia nella mia vita.

Esprimo la mia gratitudine anche all'intero staff della casa editrice Dutton per avermi dato la possibilità di aprire la mente e il cuore a molte persone. Queste ricompense sono talmente immense che non possono essere misurate sulla Terra.

E per tutti i miei amici sinceri, che mi stanno accanto aspettandosi nient'altro che amicizia, grazie perché non lasciate che il bagliore della luce guasti le vostre percezioni, e perché avete la forza e il coraggio di fare il passo successivo.

Prefazione

Io dovrò dire questo con un sospiro
in qualche posto fra molto molto tempo:
Divergevano due strade in un bosco, ed io...
io presi la meno battuta
e di qui tutta la differenza è venuta.

ROBERT FROST,
La strada non presa

Cominciai il mio viaggio spirituale all'inizio degli anni Ottanta e a quel tempo non avevo idea di cosa avrei imparato o come avrei potuto usare nella mia vita di tutti i giorni le percezioni che avevo appena scoperto. Non avevo mai progettato di trasferirmi a Los Angeles, né di fare il medium, ma quando si spalancò la porta sui regni spirituali e io la varcai, sentii che l'Universo mi aveva chiamato al mio destino, e compresi subito che le mie capacità medianiche dovevano essere usate al servizio del prossimo. Con la piena consapevolezza che al momento della morte raccoglieremo le ricompense dei nostri pensieri e delle nostre azioni terreni, seppi che le vite potevano essere alterate per sempre. Ero deciso a colmare il divario tra il mondo fisico e quello spirituale rivelando il sapere che avevo ricevuto in un'esistenza spirituale più vasta. Sentivo che se gli uomini avessero potuto imparare da coloro che stanno dall'altra parte e trattare se stessi e gli altri con dignità e rispetto mentre erano sulla Terra, il loro cuore si sarebbe risvegliato alla

bontà, e il genere umano sarebbe stato sollevato da tanta sofferenza.

Naturalmente, non sono il primo a fare un simile sforzo: ci sono state molte persone prima di me, e ce ne saranno altrettante in futuro. Onoro ognuno di questi pionieri. Quando un individuo ha il coraggio di avanzare con decisione contro le credenze radicate di una società e di presentare idee che veramente minacciano i paradigmi scientifici, religiosi e politici saldamente stabiliti, talvolta deve compiere un grande sacrificio. Sono stato benedetto nel mio lavoro perché la capacità di guarire gli altri e di risvegliare le menti alle verità superiori compensa di gran lunga qualsiasi sacrificio io compia. Credo veramente che non appena ciascuno di noi si apre alla propria natura spirituale, pregiudizi e atteggiamenti sciocchi possono trasformarsi in una condotta amorevole basata sul mutuo rispetto. Invece di contrapporci a vicenda, possiamo celebrare le nostre differenze sapendo che siamo esseri spirituali che condividono un'esperienza fisica comune.

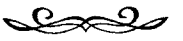
L'illuminazione spirituale non può essere raggiunta brandendo una bacchetta magica, leggendo un libro, o seguendo un corso, un piano, una tabella. Ciascuna anima arriva alla propria verità in un modo personale, unico e al momento giusto; il nostro sé spirituale non può essere costretto a crescere, ma, come un fiore, può essere concimato e nutrito finché sboccia.

Proprio come l'alba offre una tavolozza di colori, donando unicità e freschezza a ogni nuovo giorno, così anche ognuno di noi può portare purezza di cuore a ogni giorno. Ogni nuova alba è un'opportunità per desiderare, scoprire, crescere, imparare e servire: offre l'occasione di espandere la comprensione di altri esseri, di nuove idee, di situazioni diverse e di una molteplicità di eventi. Nel ri-

conoscere e prendere parte a queste ricche esperienze, siano esse gioiose o pesanti, abbiamo la possibilità di spostarci attraverso i cicli vitali con una prospettiva più ampia sul nostro nebuloso ieri e un'anticipazione sicura del nostro domani. Ogni alba possiamo avvicinarci di un passo alla comprensione della divinità.

Ho scritto questo libro come seguito al mio primo lavoro, *Messaggi da lassù*. Dopo la sua pubblicazione sono apparso più volte in televisione e sono stato tempestato da richieste di informazioni circa il mondo spirituale. Dato che non faccio più sedute o consulenze individuali, ho ideato questo libro affinché venga usato come uno strumento per tutti: coloro che sono già sul cammino spirituale e coloro che sono nuovi a queste idee. Ai primi, offrirà qualche pietra di paragone utile e un promemoria; per chi si avventura in un mondo sconosciuto, spero che sia d'aiuto al cuore e alla mente per aprirsi alle possibilità della vita eterna, come proclamato da quelli che hanno condiviso le loro profonde introspezioni e il loro amore dall'altra parte.

Oggi è una nuova alba e il vostro prossimo passo di un viaggio all'interno dell'anima eterna. Nell'anima, proprio dentro di voi, giace un intero mondo nuovo di guarigione e di speranza, di intimità e di verità. Per raggiungerlo dovete percorrere la strada meno battuta, quella che conduce alla padronanza di sé, all'indipendenza e al potenziamento, alla magnificenza che voi siete. A ogni passo lungo la strada, avanzerete sulla vostra via verso il *raggiungimento del Cielo*.



Parte Prima

IL VIAGGIO

1

All'inizio

Ma oh nave, nave immortale!
Oh nave a bordo della nave!
Nave del corpo, nave dell'anima, che viaggia, viaggia, viaggia.

WALT WHITMAN,
Aboard at a Ship's Helm

"Da dove vengo?" Quante volte avete pensato alla vostra esistenza? Avete trovato una risposta soddisfacente alla domanda? Attraverso le epoche, filosofi, scienziati, studiosi e religiosi hanno cercato di fornire una soluzione soddisfacente; per secoli i pellegrini hanno percorso migliaia di chilometri su impervie montagne innevate per un'udienza con un venerabile lama, nella speranza di imparare i segreti della vita; altri hanno cercato il significato nelle galassie o nei laboratori. Oggi, molti di noi cercano nelle chiese, nelle sinagoghe e nelle moschee, confidando nei preti, nei ministri, e nei rabbini perché forniscano tali rivelazioni.

E tuttavia credo che in ciascuno di noi giacciano le risposte, in quella parte invisibile e indefinita chiamata anima. L'anima è il nostro centro spirituale, la scintilla divina che fu, è e sempre sarà; ha percorso l'universo in lungo e in largo, attraverso l'eternità, registrando in sé le lezioni di un'esistenza senza fine. È la nostra quintessenza.

Sfortunatamente, pochissimi sanno come attingere a quella luce che arde splendente dentro di noi. Potrebbe essere che ci siamo dimenticati di qualcosa di così profondo? O siamo stati distratti, vagando in un labirinto, riconoscendo la validità della nostra esistenza e misurando il nostro valore attraverso un condizionamento familiare malsano e valori sociali distorti? Per riconnetterci al nostro vero sé dobbiamo fuggire da questa confusione di aspettative esterne e volgerci all'interno per ascoltare la voce di Dio, una voce che, una volta compresa, dà significato alla vita. Dobbiamo recuperare il nostro "senso dell'anima".

Pensando a ciò, ho scritto questo libro come una specie di "ritratto" dell'anima, del modo in cui essa viaggia attraverso la vita, la morte e la rinascita. Nella prima parte, spiego cosa significa essere spirituali, essere un'anima che vive un'esistenza fisica, e come la mente crea le sue esperienze. Guarderemo ai diversi strati dell'anima, e al fatto che queste parti contengano una testimonianza di tutte le sue vite attraverso il tempo. Il viaggio continua attraverso il processo della morte: spiegherò cosa accade quando si muore, dove va l'anima, e i livelli dell'esistenza che potreste incontrare nel mondo spirituale, che variano per ciascun individuo. Il mio scopo è di mostrare che la morte è senza dolore e naturale, e che non c'è nulla da temere.

Quando facciamo il passaggio, siamo accolti da persone amate e da guide spirituali che ci hanno accompagnato in molti viaggi. Nel mondo spirituale ogni anima sceglie cosa vuole sperimentare: quando avremo realizzato pienamente i nostri sogni e i nostri desideri, e saremo motivati con gioia e ispirazione dai regni superiori, prenderemo la decisione di ritornare sulla Terra per vivere la vita un'altra vol-

ta. Alla nascita non entriamo nel mondo fisico a mani vuote, ma portiamo con noi la saggezza dell'eternità contenuta nella memoria della nostra anima, né ritorniamo da soli: gli spiriti celesti ci sono sempre vicini.

Nella seconda parte i messaggi degli spiriti hanno la funzione di incoraggiarvi a esaminare quanto di voi vi tenga bloccati nelle illusioni terrene rendendovi inconsapevoli della connessione interiore con la divinità. Come potrete constatare, i blocchi emozionali arrestano la crescita spirituale e rendono difficile il vostro viaggio esistenziale. Leggendo dei processi e delle sofferenze altrui, potreste scoprire i conflitti interiori che vi impediscono di abbracciare pienamente la vita. Forse, il consiglio da coloro che stanno dall'altra parte vi aiuterà ad alleviare le vostre paure e vi spronerà a guarire le vostre ferite emozionali.

Nell'ultima parte propongo strategie per aiutarvi a farvi carico del vostro viaggio attraverso l'esistenza. Ci sono meditazioni per raggiungere la chiarezza mentale e consigli per incoraggiare i valori spirituali nei bambini, così che saranno ben equipaggiati per gestire gli alti e bassi della vita. Infine, offro le chiavi per aprire la porta al vostro sé spirituale, perché vi ricordiate chi siete.

Non appena ci riconnettiamo con l'anima, le nostre priorità esistenziali possono cambiare. Impareremo, come ho fatto io, che tutte le risposte sono in noi e aspettano solo di essere rivelate. Non appena apriremo la porta all'infinito, scopriremo che siamo tutti interconnessi in questo arazzo chiamato vita. Attraverso il ciclo di vita, morte e rinascita, impariamo chi siamo e perché siamo qui.

Aprire la porta

Dovunque io tenga un corso sullo sviluppo della sensitività o sulla medianità, spiego che è come fare un viaggio in una città straniera, per esempio Roma. Affinché tutto vada per il meglio, dobbiamo prepararci. Per andare a Roma, compriamo un biglietto, facciamo i bagagli, raggiungiamo l'aeroporto, troviamo un posto sull'aereo e ci mettiamo comodi. Se non conosciamo la lingua, potremmo voler portare un piccolo frasario di italiano che ci aiuti a comunicare; potremmo anche avere bisogno di una guida turistica o aggregarci a un tour guidato, così da essere sicuri di visitare tutti i luoghi storici e famosi.

Allo stesso modo dovete prepararvi per il viaggio che conduce alla vostra anima. Il primo passo è chiudere fuori il mondo esterno del giudizio e della razionalità così che possiate iniziare a sintonizzarvi con il mondo interiore della coscienza.

Questa non è un'idea nuova, infatti, nei secoli, i monasteri e i conventi hanno isolato le persone proprio per questa ragione: se gli individui erano allontanati dalla società, non potevano essere contaminati dalle influenze esterne, perciò potevano restare puri e recettivi a una coscienza superiore.

Ma come possiamo fare la stessa cosa se siamo costantemente bombardati dagli stimoli esterni? Ogni giorno non siamo in grado di far altro che ascoltare le ultime notizie di violenza, distruzione e malattia, o i pettegolezzi sulle star del cinema e sui leader politici. Ci preoccupiamo per l'economia, per come risparmiare per la pensione e la nostra coscienza gira unicamente attorno agli avvenimenti di un'esistenza fisica frenetica. Siamo così occupati ad affrontare le sfide che la vita ogni giorno ci presenta

che non abbiamo il tempo di acquietare la nostra mente e prendere consapevolezza del fatto che siamo tutti spiriti su cammini personali verso l'illuminazione.

Per iniziare il vostro viaggio è necessario che vi mettiate in sintonia con un mondo interiore. La visualizzazione che ora vi illustrerò vi aiuterà a farlo. Dopo aver letto i prossimi paragrafi, posate il libro e visualizzate ciò che viene descritto. Il modo migliore per farlo è chiudendo gli occhi, chiudendo fuori le distrazioni esterne e focalizzandovi sull'interno.

Meditazione

Mentre chiudete gli occhi voglio che diventiate consapevoli dei vostri sensi: siate coscienti di tutto ciò che vi accade intorno. Potreste sentire il rumore del traffico, o i vicini che parlano, o il suono della televisione. Cercate di non permettere che tali distrazioni vi infastidiscano, non dovete giudicarle: lasciatele essere ciò che sono. Ora, voglio che focalizziate la mente concentrandovi e portando la consapevolezza all'interno del corpo. Sentite la schiena contro la sedia, e diventate coscienti delle braccia, delle gambe e anche del tronco. Concentratevi su ciascuna parte del corpo.

Notate come i piedi si sentono appoggiati sul pavimento o nelle scarpe. Siate consapevoli di come gli indumenti vestano il corpo. Qualcosa è troppo stretto? Limitatevi a osservarlo, non cercate di fissarlo, lasciatelo semplicemente essere.

Fate un respiro profondo ed espirate lentamente. Voglio che diventiate consapevoli del vostro respiro. Mentre inspirate, prendete coscienza che state inalando ossigeno.

L'ossigeno è necessario al corpo fisico per mantenere la vita su questo pianeta e le sue molecole ci circondano sempre dovunque noi siamo. Mentre le inalate nei polmoni, immaginate che esse vi rinvigoriscano ogni parte del corpo. Mentre espirate, vedete l'aria vecchia, stantia che lascia il corpo. Il suo lavoro è compiuto e non è più necessaria.

La prossima volta che inspirate ossigeno, vedetelo come energia. Potete immaginare questa energia come polvere di stelle, fiocchi di neve o qualsiasi immagine che vi aiuti nel rendere l'idea. Mentre vedete l'immagine, iniziate a focalizzarvi su di essa. Alla fine, sperimentate questa energia che scorre dentro e fuori dal vostro corpo.

Mentre continuate a visualizzare questa energia, immaginate che si diffonda in ogni forma di vita nelle regioni di tutto il mondo... da una madre che tiene tra le braccia il suo bimbo in Africa, da un sacerdote che recita il rosario in Vaticano.

Mentre continuate a immaginare questa energia, vedetela fluire attraverso un purosangue alla linea del traguardo di una corsa fino ad arrivare a un milione di formiche che costruiscono una colonia sotto la vostra casa. L'energia è senza forma e comune, non è limitata da nulla e avvolge tutto, non è devota a una particolare religione, a una nazionalità, a un sistema di credenze, a un intelletto o a una classe economica: è una con tutto. Pensateci. Siete una parte di questa energia e uno con tutto, non importa quanto pensiate di essere diversi. Non potete vedere l'ossigeno, l'energia della vita, tuttavia è ovunque proprio allo stesso tempo.

Mentre continuate a leggere, mantenete questa nuova consapevolezza, quella di condividere una fonte nella vo-

stra coscienza. Facendo questo semplice esercizio avete iniziato a focalizzare la mente sul concetto di essere uno con tutto. Questa energia è una parte vitale della vostra esistenza e la vostra connessione spirituale con ogni persona e ogni cosa.

2

Risvegliare la mente

Loro sono gli artefici di loro stessi per virtù dei pensieri che scelgono e che incoraggiano; che la mente è il maestro tessitore sia dell'abito interiore del carattere sia dell'abito esteriore delle circostanze, e che, poiché potrebbero aver fin qui tessuto nell'ignoranza e nel dolore, potrebbero ora tessere nell'illuminazione e nella felicità.

JAMES ALLEN
As a Man Thinketh

Tutto è energia. La scienza descrive l'energia e come lavora in termini fisici, che si basano su elementi terreni: illustra come particolari disposizioni di atomi si raggruppano insieme. Tuttavia è a un livello superiore, nella quarta dimensione, quella spirituale, che troviamo la forza che veramente lega gli atomi: questa energia è ciò che chiamo l'energia della Forza di Dio.

Il nostro intero universo è permeato da questa vibrazione, è ciò di cui siamo fatti e da dove veniamo.

L'energia della Forza di Dio
è il centro di tutto ciò che è.

La mente, lo spirito e il corpo fisico sono composti dalla stessa energia della Forza di Dio; comunque, ciascuno vi-

bra a una frequenza diversa. Quando mi si chiede se la mente è una parte del nostro cervello, rispondo che il cervello è l'organo della mente, proprio come gli occhi sono l'organo della visione. La nostra vista è tanto buona quanto lo è la salute dei nostri occhi, e lo stesso può essere detto per la mente e il cervello. Il cervello è organico, personale e individuale ed è costantemente in evoluzione; spetta a ciascuno di noi sviluppare e aumentare il suo potere. La mente è già perfetta. Ecco come Emerson la descrive:

> *"La mente è un mare etereo, con flussi e riflussi, che ondeggia e sciaborda qua e là, portando la sua virtù intera in ogni insenatura e baia che bagna. Ogni abitazione umana ha un'area adiacente a questo mare. Ma questa forza creatrice naturale, che va verso chi vuole, che si ritira da cosa vuole, non è diritto o proprietà di nessun uomo o angelo. È come la luce, pubblica e intera per ognuno, e negli stessi termini".*

La mente sembra essere la finestra della natura stessa. Il fenomeno della mente può creare, immaginare, e ragionare e quando imbrigliamo la sua energia positiva, i risultati sono niente meno che incredibili. Prendete, per esempio, la scrittura o la pittura: gli scrittori e gli artisti iniziano con l'idea di una certa storia o di una certa immagine, e poi la realizzano sulla carta o sulla tela. Come sono arrivate lì? Il cervello può consegnare solo ciò che vi è immesso, proprio come fa un computer, ma la mente è una fonte che va oltre, è connessa con l'energia della Forza di Dio che circonda tutte le cose. Quando pensiamo al modo in cui Mozart componeva un'opera o un concerto per piano, pensiamo a lui sintonizzato con qualche orchestra celeste. Mentre ascoltava la musica nella sua mente, per

buttare giù le note usava il cervello: esso era il condotto attraverso il quale era capace di comporre, ma era la sua mente che creava un tale splendore musicale.

Comprendendo che la mente, e non il cervello, è la fonte delle idee, dobbiamo anche capire che ogni mente individuale è connessa alla Mente Universale e ne condivide la sostanza.

La Mente Universale

Quando penso al concetto della Mente Universale, trovo più facile immaginarla come un enorme lago traslucido, impressionabile e riflettente. Penso alla mente individuale come a un pesce che nuota in questo lago: il pesce è interdipendente dall'ambiente in cui vive e ne è condizionato. I pensieri sono come increspature sull'acqua, ogni increspatura ha origine nel lago ed è parte dell'acqua, ma è allo stesso modo distinta e singolare, condiziona ogni pesce e perciò l'intero lago.

La Mente Universale non ha confini né limitazioni e può usarla chiunque. Avete mai guardato un programma alla televisione e pensato tra voi che avete avuto quell'idea un anno prima? Così spesso le persone sembrano venire fuori con lo stesso progetto o la stessa idea indipendentemente l'una dall'altra. Perché? Perché la persona creativa ha attinto dalla Mente Universale e ha portato nella sua mente quella particolare ispirazione. Le idee sono mere sensazioni impresse nel profondo e, una volta comprese, possiamo prendere l'iniziativa; in altre parole, le nostre ispirazioni improvvise sono vibrazioni della Mente Universale.

Quando andai per la prima volta a Los Angeles, il mio

obiettivo era quello di diventare sceneggiatore televisivo o per il cinema. Mi ricordo di essermi svegliato al mattino con un'idea fantastica per una sceneggiatura, pensavo che fosse unica e che avrebbe avuto grande presa. Immediatamente andai al computer e iniziai a stenderla. La mia storia verteva su un libro per bambini i cui personaggi si animavano e interagivano veramente con l'autore, e pensavo che fosse così insolita che non mi azzardai a raccontarla a nessuno, neppure ai miei amici, perché non volevo che qualcuno mi rubasse l'idea. Finii il copione in tre mesi, lo inviai alle varie case di produzione, e ricevetti la stessa reazione da ognuna di esse: mi fu detto che c'erano altri tre copioni con la stessa identica trama. Ero esterrefatto: la mia idea originale, che mi ero sforzato di nascondere, era stata afferrata nelle menti di altri tre completi estranei.

Questo unisono di idee tra noi è autentico tanto quanto l'aria che respiriamo e la luce del sole che sentiamo. A livello globale, tutti noi partecipiamo alle stesse sensazioni e agli stessi sentimenti. Come ci siamo sentiti tutti quando la principessa Diana morì in quel tragico incidente? Sembrava esserci una coltre di tristezza che copriva il mondo intero. Anche se molti di noi non la conobbero mai personalmente, a livello dell'anima tutti potevamo condividere il dolore e identificarci con la perdita perché siamo tutti connessi. Proprio come lo stesso Sole brilla su ogni individuo, tutti condividiamo un'unità e una comunione di beni; condividiamo i sensi, proviamo sensazioni, vediamo, sentiamo, tocchiamo, ridiamo e piangiamo, partecipiamo tutti all'energia della Forza di Dio. Il mondo non sarebbe migliore se pensassimo l'uno dell'altro come di esseri spirituali e condividessimo il nostro cammino terreno con gentilezza e incoraggiamento?

I pensieri che creiamo

I pensieri sono cose! I pensieri sono tanto reali quanto gli organi del vostro corpo. Che genere di pensieri riempiono la vostra giornata? Buoni o nocivi? I pensieri sono potenti, quindi è importante fare attenzione a cosa pensate dalla mattina alla sera. La vita che state vivendo è il risultato del pensiero.

La scienza identifica in certe strutture neuronali nel nostro cervello l'origine di particolari modi di pensare e razionalizzare. Sì, è vero: c'è un elemento di attività elettrica in particolari aree cerebrali che condiziona la nostra prestazione, tuttavia la verità è che, comunque, il Pensiero non è creato nel cervello. Non diciamo che qualcosa viene nel cervello, piuttosto diciamo che qualcosa viene in mente. Il pensiero è una funzione della mente, e il risultato finale si riscontra nel cervello.

Ci sono fondamentalmente tre fonti di pensiero: la prima è facile da ottenere per alcuni, mentre è più difficile per altri; è il pensiero che si genera attraverso la preghiera o la meditazione silenziosa e la sua vibrazione è molto alta. Il primo passo per sintonizzare la consapevolezza con questa frequenza energetica superiore è di far diventare un'abitudine il trovare tempo per pregare e meditare ogni giorno. Sebbene non sempre potrà sembrare che qualcosa si stia muovendo, a tempo debito scoprirete che le ricompense della vostra pratica spirituale sono grandi. Credo che diventare consapevoli a questo livello crei un senso di umiltà, di calma, di amore per se stessi e di gioia.

Durante i miei anni di apprendistato per essere medium, era imperativo per me meditare quotidianamente: allineandomi con questa coscienza della Forza di Dio, la mia connessione con le dimensioni spirituali si elevava e

cresceva in vibrazione. Comunque, dovetti sedere nel silenzio con pazienza, giorno dopo giorno, per aumentare il livello della mia consapevolezza dell'energia della Forza di Dio in me, ma in seguito, quando "leggevo" per i miei clienti, lavoravo da un'altissima vibrazione di amore. La medianità stessa è un'abilità incredibile e miracolosa, ma il lavoro assume uno scopo interamente nuovo quando il medium si sta ugualmente evolvendo a livello spirituale.

Il simile attrae il simile.

Questo è un concetto che uso spesso e al quale mi riferisco più volte in questo libro. Quando una persona è centrata e pensa pensieri di amore, di pace e di abbondanza, le ritornano le esperienze di quei pensieri. Fermatevi per un momento e immaginate che tutti nel mondo formulino pensieri buoni. È sbalorditivo, non è vero?

In qualità di medium su un cammino spirituale è importantissimo che io trascorra tempo a meditare e focalizzare i miei pensieri sugli aspetti positivi della vita. Credo che questa sia la ragione per cui i messaggi che passano attraverso di me siano più spirituali nella loro natura e più precisi, e che le lezioni che stanno dietro la comunicazione siano più benefiche per tutti gli interessati.

Il secondo genere di pensiero viene dall'ambiente. Dobbiamo essere consapevoli della grande influenza che esso ha sulla nostra vita quotidiana. Quante volte siete entrati in una stanza e avete avvertito che qualcosa non andava? O quante volte vi siete sentiti depressi o malati senza alcuna ragione apparente? La ragione è che state raccogliendo l'energia del pensiero di qualcun altro.

Tutte le volte che ho fatto visita a malati ricoverati in ospedale sono sempre dovuto stare attento, perché sono molto sensibile ai sentimenti e alle sensazioni altrui. Spesso quando cammino lungo le corsie di un ospedale, i lamenti dei pazienti penetrano nella mia mente: "Voglio uscire da qui", o "Non voglio morire", o "Sto soffrendo, nessuno vuole aiutarmi?" La sensazione della malattia e della sofferenza permea l'atmosfera, e a volte ne sono sommerso.

Come una stazione radio, inviamo e riceviamo segnali continuamente, non solo uno dall'altro, ma anche, su una scala più vasta, siamo circondati e influenzati dai segnali della coscienza collettiva. Sebbene alcuni di questi pensieri possano essere abbastanza buoni e compassionevoli, per la maggior parte sono messaggi di avidità, di rabbia, di egoismo e di disonestà. Questi pensieri vengono attratti e si attaccano alle parti più basse della natura umana e con questo bombardamento costante di influenze della coscienza inferiore, le idee di una natura superiore, spirituale hanno poca presa sulla massa.

Ciò non significa necessariamente che tutti i pensieri ricevuti dagli altri siano negativi di natura. La preghiera che guarisce e l'amore sono vibrazioni di pensieri superiori e sono anche riflessi nell'atmosfera che vi circonda. Quando emanate amore, una persona lo riceve e quell'amore potrebbe non essere rilevato a livello conscio, ma è comunque molto vivo ed efficace.

L'ultimo genere consiste nei nostri pensieri più comuni, di tutti i giorni. Psichiatri e psicologi, da Sigmund Freud in poi, hanno suddiviso la coscienza in tre livelli di pensiero separati ma interdipendenti: il conscio, il subconscio e l'inconscio. La mente conscia è quella che usiamo per contare il resto al mercato e per leggere; la mente

subconscia controlla tutti i processi involontari del corpo, ossia la regolazione del sonno, la respirazione, la digestione, la circolazione e così via, non dorme mai, perciò non si ferma mai: la mente inconscia è invisibile e vasta, è il magazzino di tutte le esperienze passate, compreso tutto ciò che abbiamo pensato, sentito, imparato o testimoniato dal passato fino al presente.

Comunque, è la mente subconscia che dirige la nostra vita per la maggior parte del tempo. Il subconscio è come un'operosa macchina responsabile della rigenerazione delle cellule che guariscono il corpo. Questa parte della mente non ragiona o razionalizza, tale compito spetta alla mente conscia, piuttosto è instancabilmente al lavoro registrando pensieri e impressioni senza giudizio. Da bambini il subconscio registrava le parole e le idee degli adulti, e tali ricordi sono molto vivi dentro di noi. Inoltre, le abitudini sorgono dai pensieri subconsci. Per avere il controllo della vostra vita, dovete occuparvi del modo di pensare sia a livello conscio sia a quello subconscio. C'è una grande saggezza nella mente subconscia e se cominciate a lavorare con essa, potrebbe essere di enorme beneficio per voi e fungere da riserva infinita di sapere.

Attraverso la mente possono essere ottenute miriadi di grandi scoperte e invenzioni in grado di portare un notevole beneficio al genere umano; quando è usata in modo positivo, la mente umana è una fonte di grandi opere d'arte, di filosofia e di scienza, che migliorano veramente la qualità della vita sul pianeta. Ma la mente che crea tali prodigi sorprendenti ha anche la capacità di distruggere, annientare, e può infliggere forme terribili di crudeltà e di ostilità. Noi stessi dobbiamo elevare i nostri pensieri alle vibrazioni massime in modo da assurgere a una coscienza

superiore e portare gli splendori e i miracoli della vita alle generazioni future.

James Allen, un grande maestro, scrisse un libro rivoluzionario intitolato *As a Man Thinketh*, che consiglio per aiutarvi a iniziare a cambiare i vostri schemi di pensiero. Come dice Allen:

> *"L'uomo si fa o si distrugge da sé... nell'armeria del pensiero forgia le armi con cui si autodistrugge; modella anche gli strumenti con cui costruisce per sé palazzi celesti di gioia e forza e pace. Con la scelta giusta e l'applicazione vera del pensiero, l'uomo ascende alla Perfezione Divina; con l'abuso o l'applicazione sbagliata del pensiero, discende al di sotto del livello della bestia. Tra questi due estremi ci sono tutte le condizioni, e l'uomo è il loro creatore e padrone".*

Arrivare a conoscerci

Ma l'eterno che è in voi sa che la vita è senza tempo.
E sa che l'oggi non è che il ricordo di ieri, e il domani il sogno di oggi.
E ciò che in voi è canto e contemplazione dimora quieto entro i confini
del primo attimo in cui le stelle furono disseminate nello spazio.

KAHLIL GIBRAN
Il profeta

Cosa sappiamo veramente di noi? È ovvio che percepiamo il nostro corpo fisico con facilità e ci è molto familiare il territorio della mente che abbiamo esplorato nel capitolo precedente. Dietro questi regni giace un aspetto del nostro essere che è più misterioso: la nostra natura spirituale. Per questa tappa del nostro viaggio è importante tenere la porta aperta a tutti i sensi, compresa l'intuizione o bussola interiore.

Per cominciare, voglio presentarvi un po' del linguaggio della terra dello spirito, i molteplici "corpi dell'uomo", che vi rendono individui unici. Questi corpi sono strati invisibili dello spettro dell'anima e sono racchiusi nell'"aura", che può essere concepita come una copia cianografica delle nostre energie spirituali, emozionali, mentali e fisiche e delle esperienze. È forse l'esteriorizzazione più vicina all'anima che si possa osservare.

L'aura

Quando ero piccolo, forse a sei o sette anni, ricordo che dicevo a mia madre che vedevo *luci* intorno alle persone. Lei si limitava a sorridermi e continuava con il suo fare allegro. Dato che non sapevo cosa fossero quelle luci, pensavo che tutti fossero in grado di notarle. Si presentavano sottoforma di una molteplicità di colori: blu, rosa, verdi, gialli, rossi e così via. Mi piaceva, ricordo, fermarmi con la mamma in una particolare drogheria perché l'uomo dietro il bancone aveva sempre intorno a lui luci colorate molto carine; volevo restare a guardare il bell'arcobaleno di blu mischiati con i porpora e i rosa che lo circondava; rammento che aveva un grande sorriso fantastico, e raccontava sempre barzellette ai suoi clienti. Tengo fisso in mente questo uomo con le luci perché mi porgeva sempre un lecca lecca prima che uscissimo dal negozio.

Facevo esperienze simili quando parenti o amici di famiglia venivano a trovarci a casa: potevo osservare il colore e le luci intorno a tutti loro, e dire qualcosa come: "Quell'uomo è verde", o "Quella signora ha molta luce marrone intorno a lei". Nessuno però prestava molta attenzione ai commenti di un bambino. Notavo anche che la signora con la luce marrone non sorrideva molto; più tardi la mamma si sarebbe confidata con me e mi avrebbe detto: "La signora con la luce marrone è molto malata". La maggior parte delle persone, comunque, erano affettuose e amorevoli, erano quelle che mi abbracciavano e mi baciavano. Potevo vedere, in particolare, brillanti luci rosa attorno a loro.

Crescendo, la mia capacità di vedere luci intorno alla gente svanì e mi capitava solo occasionalmente, anche se ci fu un'occasione particolare che non dimenticherò mai.

Avevo circa otto anni e, insieme ad alcuni amici, decisi di andare al negozio di gastronomia locale. Dopo aver pagato i nostri grandi panini imbottiti, ci affrettammo a uscire. Ero l'ultimo e mentre varcavo la porta un uomo alto, non accorgendosi che ero lì, mi venne addosso. Guardai su e lui mi fece abbassare lo sguardo, i suoi occhi mi trafissero come raggi laser che trapassano un muro di mattoni. Improvvisamente, presi coscienza di una nuvola fumosa nera e grigia sulla sua testa e davanti al suo petto. Tre giorni dopo, vidi di nuovo lo stesso individuo, questa volta sul giornale. La polizia lo aveva arrestato perché aveva rapinato la gastronomia! Mi spaventai, anche se non capivo ancora che cosa significassero quelle luci, e per capirlo avrei dovuto aspettare molto tempo.

L'aura è composta da strati di energia. Quando ero un ragazzino, durante l'inverno pregavo ogni notte perché nevicasse: la mattina sarebbe stato bellissimo giocare! Quando mi svegliavo, correvo alla finestra per vedere se le mie preghiere erano state esaudite. Quando lo erano, scalpitavo per uscire; prima però mia madre iniziava la lunga e ardua operazione di infagottarmi in strati di vestiti. Innanzitutto, indossavo la maglietta, poi una camicia a maniche lunghe, poi un maglione ingombrante e alla fine il cappotto. Come gli strati di indumenti servivano per proteggermi dal freddo, allo stesso modo anche gli strati dell'aura registrando tutte le nostre esperienze, i nostri sentimenti, i nostri pensieri e i nostri desideri hanno uno scopo.

L'idea dell'aura, o energia vitale che emana dal corpo e lo circonda, non è nuova. Uno dei primissimi occidentali a osservarla e a scrivere su di essa era un alchimista e guaritore del XVI secolo conosciuto come Paracelso. Egli si riferiva al nostro campo energetico come "un globo infuocato". Nel XVIII secolo il fisico austriaco Franz

Anton Mesmer definì il magnetismo animale come energia elettromagnetica che circondava il corpo umano; credeva che avesse un effetto sbalorditivo sulla salute fisica, e che potesse essere trasmessa da una persona a un'altra. In questo secolo un fisico londinese, il dottor Walter J. Kilner inventò una macchina fatta di dicianina (un colorante di catrame ricavato dal carbon fossile) che era usata per osservare la luce ultravioletta. Con la sua macchina Kilner notò una luce intorno al corpo umano, e alla fine credette che si potessero diagnosticare le malattie fisiche di una persona studiando questa luminosità. Nel 1911 pubblicò la sua ricerca in un libro intitolato *The Human Aura*. Nel 1939 un elettricista russo, Senyon Davidovich Kirlian, presentò un procedimento fotografico con il quale una pellicola non esposta veniva usata per fotografare un particolare oggetto: quando la pellicola veniva sviluppata, vari tipi di "aloni" apparivano intorno all'oggetto. Tale procedimento, conosciuto come la fotografia Kirlian, è ancora in uso, ma è perlopiù collegato a fenomeni psichici, poiché gli scienziati non hanno ancora capito come o perché "aloni" o "aure" appaiano. C'è un'altra cosa importante da ricordare: dato che l'aura cambia sempre a seconda dello stato emotivo, mentale, fisico o spirituale della persona, una fotografia è in grado di catturare solo l'aura nell'istante particolare in cui è scattata.

La mia capacità di percepire le aure restò latente nei miei primi vent'anni di vita, il periodo in cui iniziai a meditare e a sviluppare una consapevolezza interiore, tanto quanto un rapporto con i sentimenti e le sensazioni degli altri. Dopo anni di disciplina la capacità di percepire le aure crebbe enormemente. Oggi, questa abilità continua a giocare un ruolo fondamentale nel mio lavoro.

Quando faccio dimostrazioni, di solito vedo una vasta gamma di colori e luci. Il colore e l'intensità delle luci sono differenti per ciascun individuo e variano a seconda delle diverse parti del corpo. Se noto una luce rossa brillante intorno alla spalla sinistra e all'area del collo, so che quella persona soffre di mal di testa e problemi cervicali. Se vedo una concentrazione di grigio scuro e denso o un colore marrone vicino allo stomaco, di solito chiedo se c'è un problema in questa zona e di solito la persona conferma. Durante gli anni di studio e osservazione, ho imparato che l'aura è una proiezione molto precisa, o specchio, delle condizioni di salute di una persona.

Ma l'aura riflette molto più del semplice stato fisico. Di fatto, consiste nei molteplici livelli di coscienza che formano l'essere, ed è tanto una rappresentazione della vostra condizione innata, un'indicazione del vostro potenziale, quanto un registro delle vostre esperienze. Quando raggiungete la maturità, l'aura ha attraversato anni di esperienze emotive, mentali, spirituali, fisiche, ed è stata modellata da tutte le vostre capacità, desideri, simpatie, antipatie, sensazioni di successo, di fallimento, tanto quanto da eventi straordinari e da periodi sconvolgenti o tristi.

La grandezza e la forma dell'aura dipendono anche da una molteplicità di altri fattori. Di solito è di forma ovale e si estende approssimativamente oltre il corpo da trenta a quarantacinque centimetri. Se qualcuno è estroverso ed espansivo per natura, la sua aura tenderà a essere più grande; per esempio, quando una persona parla a un folto gruppo, e cerca di raggiungerlo o di portarlo nella sua coscienza, la sua aura si espande per racchiudere l'uditorio e questo è ciò che accade ai politici, ai predicatori, ai musicisti, agli attori, agli oratori che devono connettersi con il pubblico.

L'effetto opposto si verifica se una persona è introversa o schiva: l'aura non si espande, ma resta vicina al corpo fisico. La nostra aura si espande e cresce anche quando siamo in un ambiente che ci piace. Inoltre, ho visto l'aura di una persona un attimo prima che morisse, e tendeva a essere molto fievole, come una linea disegnata intorno al corpo. Questo ha un senso, perché al momento della morte fisica l'aura si ritrae.

Colori

Quando vedo le aure spesso vedo colori, e uno dei più luminosi e comuni è il verde. Molte volte, durante le dimostrazioni, ho chiesto a una persona, la cui aura era satura di verde, se era un medico o un guaritore... di solito la risposta era affermativa. La maggior parte di coloro che lavorano nell'ambito della guarigione hanno aure di un verde brillante, guarente. Ricordatevi che può essere un guaritore non solo un medico o un'infermiera, ma anche una persona come voi che ha una natura empatica e recettiva verso chiunque abbia bisogno di aiuto.

I colori dell'aura variano a seconda di ciascun individuo, e la vivacità, la sfumatura e la tonalità possono estendersi molto oltre ciò che vediamo nel mondo fisico. L'intensità è associata direttamente alla forza dell'emozione che sta dietro e spesso varia su una base quotidiana. Quelle che seguono sono alcune delle caratteristiche principali dei colori dell'aura:

Rosso: energia, forza vitale e vigore. Fisicità, collera, iperattività, rabbia profonda. Sessualità.
Arancione: autostima, orgoglio, pensierosità. Ambizione, autocontrollo.

Giallo: intelletto, attenzione, ottimismo e felicità. Indecisione.
Verde: compassione, guarigione, pace, prosperità e simpatia.
Blu: spiritualità, devozione, fedeltà, pensieri filosofici e creatività.
Viola: amore, spiritualità elevata, intuizione e saggezza.
Indaco: aspirazione alla spiritualità, benevolenza, intuizione elevata.
Rosa: amore incondizionato, amicizia e sincerità.
Grigio: depressione, tristezza, paura e stanchezza.
Marrone: avidità, coinvolgimento, dogmatismo. Radicamento.
Nero: mancanza di energia vitale, influenze inferiori, ignoranza.

VITE PASSATE E RICORDI

Quando osservo un'aura, mi accorgo anche che tende a essere composta di minuscoli disegni geometrici e motivi, che possono essere interpretati come forme pensiero e riflettono pensieri individuali, sia presenti sia passati, in altri termini, le cicatrici emotive passate di una persona saranno riflesse nei disegni della sua aura, insieme alle aspirazioni non ancora realizzate, o quelle appartenenti al passato. Negli anni ho osservato che questi desideri appaiono nella zona superiore destra dell'aura, quella legata alla parte mentale di un individuo, dove sono immagazzinati le aspirazioni e gli obiettivi.

Inoltre, l'aura ingloba l'accumulazione di karma dalle incarnazioni precedenti, e le lezioni karmiche che ci sforzeremo di padroneggiare durante questa vita: tutte queste cose costituiscono la vera essenza di una persona. Nel mio

primo libro ho discusso l'idea di karma in dettaglio, e per essere chiari qui, è sufficiente dire che il karma è il principio di causa ed effetto.

In una delle mie odissee spirituali vidi chiaramente come le vite passate sono riflesse nell'aura, e ricevetti una lezione karmica su me stesso. Insieme a Brian Weiss, autore di *Molte vite, molti maestri*, una volta tenni un seminario per circa trecento persone a bordo di una nave da crociera in Messico. Il dottor Weiss è un eminente psichiatra che ha aiutato tanta gente con il suo lavoro basato sulla regressione nelle vite passate. Un mattino, dopo aver finito la mia dimostrazione, frequentai il suo seminario, sebbene non avessi intenzione di partecipare al gruppo e, non volendo disturbare nessuno, mi sedetti verso il fondo della stanza.

Il dottor Weiss iniziò la seduta di ipnosi e regressione. Attraverso vari esercizi le persone tornavano indietro a certe esperienze di vite passate, e con mia sorpresa capitò anche a me: in una particolare regressione mi vidi come generale in diverse guerre, mi osservai in piedi tra i miei soldati, e mentre cambiavano le battaglie si trasformavano anche le nostre uniformi. Da quella regressione compresi che ero responsabile di aver ordinato ai soldati di ucciderne altri. Avevo il comando, dovevo prendere la decisione finale che avrebbe causato la morte in battaglia di migliaia di uomini. Mentre la scena si chiariva nella mia mente, istintivamente seppi perché ero qui in questa vita: dovevo alleviare il karma di quelle vite precedenti, quando ordinavo la distruzione in massa di tanti innocenti. Come guaritore in questa vita, sto equilibrando il karma delle esistenze precedenti e ripagando il mio debito karmico. Aiutando le persone a riacquistare la loro spiritualità, sono qui tanto per riaggiustare un torto, per così dire, quanto

per riguadagnare il mio equilibrio karmico, guarire la mia anima, e proseguire nel mio cammino spirituale.

Dopo l'esercizio il dottor Weiss chiese ai partecipanti di alzarsi e condividere le loro esperienze con il gruppo. Mentre le persone parlavano delle loro vite passate, iniziai a vedere una specie di arazzo di colori e motivi sulle loro teste e ai loro lati e, guardando più da vicino, notai che ogni quadrato nella loro aura, che rappresentava una vita precedente, aveva un movimento interno. Se ciò non fosse sufficiente, osservai anche una funicella che fuoriusciva da ogni riquadro: questa "corda" si attaccava a una certa parte del corpo, per esempio a una gamba, al cuore o alla testa. Più tardi, chiesi a molti partecipanti se avevano un problema fisico nelle varie zone in cui avevo visto la funicella attaccarsi e la maggior parte di essi lo confermò, mentre i rimanenti erano incerti o non riuscivano a ricordare. Alcuni ci pensarono su e rammentarono che avevano avuto un problema in quell'area nei primi anni di vita. Mi era chiaro che le esperienze delle vite passate, e forse persino delle vite future, sono interamente presenti nell'aura.

Influenze ambientali

L'aura può riflettere anche forze esterne, positive e negative, che ci influenzano. Quasi tutti hanno avuto l'esperienza di incontrare qualcuno e di provare un'attrazione immediata o una terribile avversione. Perché? Nella maggior parte dei casi, siamo entrati in sintonia con il campo energetico di una persona e abbiamo ricevuto qualche genere di emanazioni energetiche. Il risultato è che siamo in armonia o in disarmonia, e tutta la gamma di emozioni comprese, con queste emanazioni.

Stare in una chiesa o in un luogo sacro di solito ci riem-

pie di emozioni di pace e consolazione, e sembra che riceviamo dal luogo un senso di armonia e di unità, questo perché probabilmente stiamo registrando le sensazioni amorevoli, spirituali delle persone che hanno pregato lì; per contro, potete entrare in una stanza o in una casa e sperimentare immediatamente una sensazione spiacevole senza alcuna ragione apparente, salvo scoprire che c'è stata una lite o una discussione prima del vostro arrivo. Di nuovo, qualcosa è accaduto, e la vostra aura ha "raccolto" l'energia che era rimasta nella stanza.

L'atmosfera mentale che ci circonda è segnata non solo dai pensieri e dalle sensazioni che creiamo, ma dai pensieri e dalle sensazioni di coloro che ci stanno intorno.

Questo concetto è molto importante. Ogni giorno passiamo attraverso una moltitudine di pensieri invisibili ma potenti che hanno un determinato effetto sulla condizione fisica del corpo. I pensieri riflettono sempre la natura della persona che li origina, perciò, fate attenzione a chi frequentate più spesso. Noi siamo come coloro con cui siamo in relazione.

Molte volte la personalità di qualcuno è così opprimente che, a seconda del nostro livello emotivo, mentale, fisico o spirituale (specialmente se uno o più sono deboli), l'energia dell'altra persona entrerà nel nostro campo elettromagnetico. Fortunatamente, siamo nati tutti con una specie di meccanismo di difesa nell'aura per tenere lontano gli schemi energetici e i pensieri degli altri. Nella parte conclusiva di questo libro, descrivo come potete proteggervi dai pensieri e dalle emozioni vaganti.

È anche molto importante capire che i viventi non monopolizzano la nostra atmosfera. Anche gli esseri disincarnati, o spiriti, ci impressionano e lasciano i loro pensieri nella nostra aura.

Questo è il motivo per cui così tante volte durante il giorno, improvvisamente e per nessuna ragione, iniziate a pensare a un vostro caro che è trapassato: è più che probabile che la persona amata stia cercando di influenzare o di imprimere la sua personalità e pensieri nel vostro campo elettromagnetico.

I corpi dell'uomo

Nell'aura ci sono strati e settori troppo complessi da descrivere dettagliatamente in questa sede. I principali corrispondono ai quattro "corpi" distinti e che si interpenetrano l'un l'altro, che i metafisici credono costituiscano gli esseri umani.

I diversi strati sono chiamati: il corpo eterico, che è in relazione diretta con i processi fisici; il corpo astrale, la casa dei processi emotivi; il corpo mentale, dove tutti i pensieri hanno origine, compresi la sensitività e il pensiero intuitivo; e il corpo fisico.

Il corpo eterico

Il corpo eterico è conosciuto anche come il *doppio*, perché duplica, o assume la forma del nostro corpo fisico. Il corpo eterico è composto da una matrice di energia che interpenetra il corpo fisico in vari punti, o vortici di energia, conosciuti come chakra. La parola *chakra* è il termine sanscrito che traduce "cerchio". Attraverso i chakra l'energia

della Forza di Dio, o prana (anch'essa una parola sanscrita), entra nel corpo fisico per nutrire alcuni organi e il sistema nervoso. Potreste pensare ai chakra come a vorticose ruote di vita perché hanno un effetto diretto sulle ghiandole come quella pineale e la pituitaria, la tiroide, la paratiroide, il timo, le ghiandole surrenali, e sugli organi: il pancreas, il fegato, la milza e le gonadi. Quando i chakra sono sani con l'energia della Forza di Dio, appaiono nel corpo eterico come globi roteanti di colore luminescente, perciò la salute fisica dell'individuo può essere osservata nel corpo eterico attraverso i chakra. Essi sono tenuti insieme da linee di forza che appaiono come una griglia, molto simile alla carta millimetrata che viene utilizzata dagli architetti e dai progettisti.

Quindi questi cerchi vorticosi di energia possono essere paragonati a un campo magnetico, e una delle principali correnti energetiche corre verticalmente su e giù dalla spina dorsale, e va a influenzare direttamente il sistema nervoso.

Tre anni fa un giovane uomo di trentotto anni venne da me per una lettura privata; si chiamava Bob. Dopo la consueta introduzione, presi un blocchetto e iniziai a disegnare il suo corpo eterico per determinare la condizione fisica; all'inizio tracciai una figura stilizzata, in seguito la penna, guidata dalla mia intuizione, cominciò a muoversi lentamente lungo la figura, ma come raggiungevo la metà inferiore del torace si fermava. In quel punto l'energia di Bob sembrava diventare tutta nebulosa e scura, come se cessasse letteralmente di scorrere. Gli dissi che sembrava che avesse un problema di qualche genere nella zona intorno all'intestino crasso e che sentivo come la sua energia fosse stata interrotta.

Stette in silenzio per un attimo, poi mi guardò e re-

plicò: "Due anni fa mi è stata rimossa una parte del colon. Sono costretto a utilizzare una sacca artificiale". Sebbene la sua salute fosse migliorata, continuava ad angustiarsi e a tormentarsi in relazione a quella specifica area del corpo, quindi gli spiegai che la sua continua preoccupazione stava causando un'ulteriore ostruzione al flusso di energia.

Gli schemi di pensiero persistenti e le emozioni non espresse alla fine si manifestano nel corpo fisico, in altri termini, ciò che pensate e il modo in cui vi sentite si concretizzano in qualche forma nel corpo fisico, sia come salute sia come malattia. Pensate al vostro corpo come se fosse una stazione ferroviaria e ai vostri pensieri come se fossero treni che prima o poi devono finire al capolinea; ecco perché è importante mantenere sani i pensieri, così il corpo starà altrettanto bene.

Il corpo eterico di Bob stava fungendo da barometro della sua salute fisica. Sintonizzandomi con esso, ero in grado di stabilire la sua condizione fisica. Esistono praticanti di medicine alternative che hanno la capacità di identificare disturbi e malattie esclusivamente attraverso la percezione del corpo eterico. Esso corrisponde in modo particolare alle frequenze di quello fisico, mentre gli altri corpi energetici corrispondono ad altre regioni della coscienza.

Il corpo astrale

Il corpo astrale è conosciuto anche come corpo emozionale; composto di un materiale eterico tridimensionale, è il corpo più denso vicino a quello fisico, di cui è veramente una copia esatta, e si estende all'esterno dai dodici ai venti centimetri.

Molti metafisici, compresi i teosofi, usano il termine "corpo astrale" in modo intercambiabile con "corpo eterico"; personalmente intendo i due in modo leggermente diverso: dato che quello eterico riguarda principalmente i sistemi energetici (i chakra), quello astrale è più implicato nella sfera emozionale ed è composto da tutti i pensieri, le emozioni e i desideri presenti nella vostra mente: tutte le brame terrene, i ricordi importanti e i desideri essenziali vi trovano dimora. Nel momento della morte, questo corpo abbandona quello fisico e si stabilisce nel mondo astrale.

Durante i seminari molto spesso dico alle persone: "Perché avete così paura della morte? Lo fate ogni sera!" La verità è che quando dormiamo il corpo astrale lascia quello fisico e viaggia nel mondo astrale: è lo stesso concetto di viaggio astrale, però in questo caso il corpo astrale lascia quello fisico quando vogliamo.

Così quando affermo che moriamo ogni notte, intendo dire che lasciamo il corpo fisico in una modalità molto simile a quando lo lasciamo al momento della morte; capita anche che il corpo astrale lasci spontaneamente il corpo fisico in situazioni che implicano incidenti, o sotto l'effetto di droghe, o durante il coma: quando una persona è incosciente, molto probabilmente sta fluttuando nel mondo astrale.

Molte volte le anime lavorano a livello astrale mentre i loro corpi fisici sono a riposo. Credo che quando svolgo il mio lavoro, una parte del mio corpo astrale lasci quello fisico e penetri il mondo astrale.

Questo è il modo in cui posso ricevere le emozioni forti e i desideri di quelle persone care che sono passate dall'altra parte.

Il corpo mentale

Come il corpo astrale è in relazione con le emozioni, quello mentale riguarda i pensieri ed è composto da una sostanza eterica persino più sottile del corpo astrale e si estende dalla linea delle anche in alto ed esternamente.

Il corpo mentale è ritenuto responsabile del trasferimento delle energie mentali elevate, troppo sottili per gli altri corpi.

Queste energie di natura spirituale sublime sono trasferite sottoforma di informazioni psichiche, come aspirazioni, istinti viscerali, e impressioni. Molti credono anche che questo corpo sia costituito da due parti: una mente superiore, che è modellata dai pensieri emanati dalla Mente Universale, concetti spirituali e verità superiori, e astrazioni; e una mente inferiore, che riguarda i processi materiali, quotidiani.

Sono convinto che un individuo riconosciuto come genio, o piuttosto qualcuno dotato di intelligenza elevata, sia una persona il cui corpo mentale si è evoluto in esperienza e consapevolezza attraverso le vite. L'anima è in grado di riconoscere questo livello di abilità e utilizza questa consapevolezza in concetti e visioni mentali elevati. Gli scienziati, i filosofi e i maestri sono tra coloro che evidentemente hanno la capacità di mettersi in contatto con il corpo mentale in modi straordinari per il bene dell'umanità.

Ricordatevi che esistiamo simultaneamente nel corpo emozionale, in quello mentale e in quello spirituale mentre viaggiamo attraverso la vita nelle nostre identità fisiche. Questi corpi si interpenetrano e dipendono uno dal-

l'altro, e ci rendono esseri completi. Quando iniziamo a comprendere la totalità che noi stessi siamo, diventa più facile capire che, nella morte, ci liberiamo semplicemente dei nostri vari corpi così che possiamo assurgere ai piani superiori, come vedremo nei prossimi capitoli.

La morte, la via verso la casa

Inviai la mia anima attraverso l'Invisibile,
Per dare un senso a quella Vita ultraterrena:
E di lì a poco la mia Anima tornò,
e rispose: "Proprio io sono Paradiso e Inferno".

OMAR KHAYYNM,
The Rubáiyát

"Cosa succede esattamente al momento della morte?" Questa è la domanda che mi è stata rivolta più spesso nel corso dei numerosi anni di lavoro come medium. Sfortunatamente non posso dare una risposta definitiva perché l'esperienza della morte è tanto individuale quanto quella della vita, e sebbene gli spiriti abbiano cercato ripetutamente di rispondere per soddisfare coloro che chiedevano, la spiegazione della morte va molto oltre la gamma limitata di parole e l'intelligenza finita di chiunque. Come possiamo capire qualcosa che è fuori dalla nostra consapevolezza umana? Persino il medium migliore può sperare solo di descrivere con precisione esaustiva tutti i sentimenti che uno spirito vuole comunicare circa il processo della morte. La nostra condizione umana, che fa affidamento su sistemi precostituiti di credenze religiose e su atteggiamenti sociali, blocca ogni consapevolezza che potrebbe andare vicino a una vera comprensione. La morte è sempre stata il più grande mistero: possiamo solo im-

maginare, leggere, pregare, e teorizzare su ciò che accade, ma non sapremo mai cosa è veramente fino a quando non la sperimenteremo in prima persona.

Mentre scrivo questo capitolo mi vengono in mente anni di sedute spiritiche, posso ricordare dettagli specifici di centinaia di spiriti che sono trapassati, e condivido con voi l'insieme di queste intuizioni associate alle informazioni che ho ottenuto da una moltitudine di libri, riviste e materiali sull'argomento. È l'esame sull'esperienza della morte più onesto e obiettivo che sia in grado di darvi.

Paura di morire

Perché la gente ha così paura della morte? La risposta è semplice: è un'esperienza sconosciuta. La maggior parte di noi è troppo a disagio per parlarne, tanto più per pensare alla prospettiva che un giorno saremo morti. Finora poche persone si sono prese il tempo di investigare il processo, anche se di recente ci sono stati molti individui che sono passati attraverso ciò che viene definita una NDE (*Near Death Experience*), un'"esperienza in punto di morte", e hanno riferito le loro impressioni su a cosa sia simile morire. Sono stati scritti parecchi libri validi su questo argomento, in particolare *La vita oltre la vita* di Raymond Moody. I dettagli delle esperienze in punto di morte trattati in questi libri, come *attraversare un tunnel, incontrare persone care o un essere spirituale,* o *vedere una luce brillante* sono tutti molto simili all'immagine tracciata dagli spiriti apparsi nelle mie letture. La sensazione globale condivisa negli incontri avvenuti nelle NDE è di pace, la percezione che la morte non è "la fine". La morte è solo un altro processo della vita: iniziamo a morire nel momento in

cui nasciamo e continuiamo a farlo ogni giorno. A livello fisico, le cellule degenerano, muoiono e sono sostituite, ma non ce ne preoccupiamo. Come ho accennato nel terzo capitolo, noi "moriamo" ogni notte quando andiamo a dormire; questo è il momento in cui la coscienza lascia il corpo fisico e viaggia nel mondo astrale. Quando il mattino dopo rientriamo nel corpo, ritorniamo con la memoria dei nostri viaggi e dei nostri incontri che assumono una forma onirica. Può darsi che non comprendiamo i nostri sogni o ciò che avviene mentre dormiamo, ma non importa: la vita va avanti in una forma o nell'altra, che la comprendiamo o no.

Dunque, cosa accade quando moriamo? L'intuizione più significativa che è stata riferita da coloro che sono trapassati è:

Nella morte siamo consapevoli di essere più del mero corpo fisico.

Questi esseri percepiscono in modo immediato che la loro parte fisica è una componente minima rispetto alla loro essenza, e che partecipano a tutta l'esistenza. In questo momento gli spiriti comprendono pienamente il posto complicato del loro pezzo nel puzzle universale, cominciano a connettersi con l'intero quadro e non hanno più bisogno di essere in disaccordo o di essere separati da un altro simile: vedono Dio in tutte le cose.

Molti spiriti hanno comunicato attraverso di me che la morte in sé è facile, ma che non lo è morire. Qualsiasi persona con una terribile malattia come il cancro o l'AIDS può soffrire intensamente mentre la malattia corrode i va-

ri organi dell'involucro fisico: lentamente il prana, o soffio vitale, è prosciugato dal corpo e questo può essere molto doloroso, ma quando arriva la morte, *non c'è più* il dolore o il fastidio. Il dolore è una condizione *fisica* contenuta nel corpo fisico e il ricordo della condizione potrebbe restare nel corpo mentale dello spirito, ma esclusivamente come memoria; la sensazione è sparita. La condizione non ha più effetto sulla salute e sul benessere dello spirito.

Il processo

Come tutti sappiamo, ci sono modi diversi di morire o, in una terminologia più appropriata, ci sono varie modalità di lasciare il corpo fisico, ma a prescindere da come viene compiuto il passaggio, è chiaro che si subisce un cambiamento fisiologico e chimico. Nel momento della morte, lo spirito è immediatamente racchiuso in una guaina eterica, il suo doppio, e rimane in questo stato per breve tempo prima che il suo doppio eterico sia tolto allo stesso modo. Questa spoliazione del corpo eterico avviene nel momento in cui lo spirito lascia veramente il corpo fisico, dopodiché subentra il corpo astrale. Lo spirito nella sua forma astrale è capace di entrare nell'energia più sottile di questa dimensione e tale processo resta sempre uguale a prescindere da come avviene il trapasso.

Spesso gli spiriti hanno descritto la sensazione di naturalezza che provavano al momento della morte, e come in alcuni casi non si resero neppure conto di essere deceduti. Mi ricordo una lettura che feci a madre e figlia. All'epoca la madre stava morendo di cancro e la figlia voleva fosse rassicurata che quando avrebbe compiuto il passaggio non avrebbe sofferto. Il consulto medianico ebbe molto succes-

so. La madre udì numerosi spiriti, compreso il suo secondo marito, che le dissero: "Non ti preoccupare. Sembrerà molto naturale quando sarà il momento". La donna morì nel sonno tre settimane dopo. Parecchi mesi più tardi la figlia venne per un'altra lettura: sua madre si presentò e ci era estremamente grata per averla aiutata a comprendere a cosa sarebbe stata simile la morte. Disse: "È proprio come tutti la descrivono: molto facile e quieta".

Quanto ho sostenuto è l'idea generale, comunque ora attraverserò il processo un passo alla volta.

Morte naturale

Le persone che muoiono per cause naturali, o per una malattia in cui sono consapevoli della morte imminente, compiono un passaggio tipico: parecchi giorni prima, lentamente la loro coscienza inizia a espandersi o ad amplificarsi, e sperimentano una sorta di "acutezza" dei sensi, specialmente l'udito e la vista. Molti hanno riferito di attraversare "un flashback", in cui vedono e provano molto chiaramente tutte le situazioni della loro esistenza e sono in grado di comprendere pienamente la ragione di ogni esperienza. A questo punto della visione retrospettiva la parte spirituale impone un autogiudizio di qualche sorta, e con ciò non intendo la scelta tra paradiso e inferno, quanto, piuttosto, che gli spiriti diventano profondamente consapevoli delle loro azioni e sono molto sensibili al loro comportamento nei confronti degli altri: riconoscono immediatamente il modo "giusto" in cui potrebbero essersi comportati. Allo stesso modo si spera che vedano anche il bene compiuto. Questo riepilogo della vita accade in pochi secondi e resta una parte complessa del tessuto spirituale individuale.

Sempre in questo lasso di tempo, i moribondi spesso diventano consapevoli degli amici stretti che potrebbero essere al loro capezzale o dei parenti morti da tempo: questi esseri spirituali potrebbero essere lì per assisterli o chiamarli. Ci sono stati molti casi in cui un moribondo all'improvviso ha chiamato a voce alta un membro defunto della famiglia o ha descritto una scena. Quando Thomas Edison era prossimo al trapasso, si svegliò momentaneamente, guardò in alto e affermò: "È molto bello lassù".

Proprio prima della fine è possibile che una persona sperimenti una forte diminuzione o la completa cessazione del dolore fisico, che scivoli lentamente in coma o che rimanga cosciente fino al momento "finale". In questo caso è possibile che provi una sensazione di "freddo" nelle estremità, dato che la circolazione rallenta e l'energia della Forza di Dio inizia a ritirarsi dal corpo; man mano che il processo avanza, può sentire un "leggero tremore" o "formicolio", causato dai filamenti eterici che iniziano a staccarsi dal corpo fisico in vista della partenza del doppio. Al momento della morte, la respirazione cessa, e l'anima lascia il corpo: a questo punto la "funicella argentata", la fibra eterica che nutre lo spirito mentre è nel corpo fisico, è recisa. Alla fine lo spirito è libero!

Suicidio

Nel caso di suicidio, lo spirito *non può* essere danneggiato. Chiunque si sia forzato a lasciare il corpo prematuramente scoprirà che, sebbene possa distruggere l'involucro fisico, non può distruggere l'anima. Lo spirito rimane veramente molto vivo! E i "problemi" che hanno causato questo gesto rimangono ancora una parte fondamentale del suo equipaggiamento mentale ed emozionale.

Dopo che uno spirito ha capito cosa ha fatto, di solito viene assalito dal rimorso e si deprime. Credo che molte di queste anime tormentate siano malate a livello mentale e/o emotivo. Se una persona è in uno stato di malattia mentale mentre è sulla Terra, avrà bisogno di un'enorme quantità di compassione e comprensione nel mondo spirituale, e sarà così per un alcolista o un tossicodipendente. L'intensità del bisogno, dell'amore e della considerazione varia a seconda della situazione. Spesso, si deve lavorare con le anime dipendenti perché si sono portate dietro una dipendenza dalle vite passate. Basti dire che se un'anima lo desidera, i maestri spirituali e i guaritori sono pronti ad assisterla in ogni modo per portarle serenità e benessere.

Fortunatamente, per anime simili le preghiere e i pensieri d'amore della famiglia e degli amici sulla Terra aiutano a trasformare l'atmosfera aurica di depressione e di tormento in un clima di guarigione e di amore. Ecco perché è così importante pregare per coloro che sono trapassati. Alla fine, queste anime diventeranno consapevoli della loro natura spirituale superiore e inizieranno a cercare una via di uscita alla loro situazione. Molti di quelli che sono dall'altra parte hanno l'unica responsabilità di assistere le vittime intrappolate e accompagnarle amorevolmente dove possono ricevere conforto adeguato per il loro tormento mentale. La cosa più importante che questi spiriti devono imparare è perdonare se stessi.

Morte improvvisa o violenta

In caso di morte violenta, per incidente o per disastro naturale, e così via, lo spirito è spinto fuori dal corpo tanto in fretta che a mala pena si rende conto di cosa è successo e non sente alcun dolore fisico. In tutte le mie espe-

rienze, nessuno spirito ha mai riferito di aver sofferto sfondando un parabrezza in uno scontro automobilistico, o di aver sentito l'impatto di un muro crollato durante un terremoto. In questo tipo di morte, credo che lo spirito sia letteralmente "cavato fuori" in modo così rapido da non avere il tempo di provare fastidio o dolore. Nel momento in cui lo spirito comprende la situazione, è già fuori dal corpo fisico.

A seconda di come compie il passaggio, una persona potrebbe perdere conoscenza, o avere la consapevolezza spontanea di essere fuori dal corpo e di guardare in basso alla sua figura esanime. Si sente ancora molto viva e pensa di essere un'entità fisica fino a quando raggiunge la comprensione che non lo è. Spesso gli spiriti mi hanno comunicato di aver cercato invano di parlare alle persone intorno a loro ed erano sconvolti quando non ricevevano risposta. Sebbene non possiamo udire i defunti, loro sono perfettamente in grado di sentire ciò che stiamo dicendo e pensando.

Appena dopo la morte è consuetudine che un membro trapassato della famiglia, o spirito guida, venga ad accogliere il defunto e lo assista mentre si adatta alle condizioni insolite del mondo spirituale. Comunque, nel caso di morte improvvisa o violenta, può essere necessario un po' di tempo perché lo spirito accetti la situazione.

Morte collettiva

Quando gruppi di persone muoiono insieme in tragedie come bombardamenti, disastri aerei, o catastrofi naturali, essi partono come un'anima collettiva e adempiono a ciò che viene chiamato *karma collettivo*, in altri termini, a livello spirituale le persone decidono di morire insieme per

estinguere il debito karmico. Ricordatevi che sto parlando delle implicazioni spirituali di tali circostanze: come uomini condividiamo il dolore di tragiche perdite come queste. Nel settimo capitolo spiegherò come prendiamo questo tipo di decisioni spirituali prima di incarnarci, per ora cercate di capire che questo genere di tragedie fanno tutte parte del nostro destino spirituale sulla Terra.

Quando la morte è improvvisa e inaspettata, di solito le persone non sono coscienti e vengono spinte fuori dal corpo fisico sotto l'impatto: *non c'è dolore* quando accade un evento simile, perché lo spirito lascia il corpo fisico prima di sentire qualcosa. Vi prego di credermi quando dico che in questo tipo di situazione nessuno sente del male al momento del trapasso.

Poiché questo tipo di morte è uno choc, e le persone non sono preparate per il passaggio, è possibile che il loro spirito si fermi sulla scena girovagando per cercare di capire cosa gli è capitato: alcune potrebbero svegliarsi in una sorta di struttura ospedaliera, altre pensare di essere scampate tutte insieme al disastro e di essere ancora vive. In tragedie di queste proporzioni, le anime individuali di solito necessitano di assistenza e di conforto per compiere il riassestamento spirituale nella vita dopo la morte.

Una volta che queste anime diventeranno consapevoli della loro situazione e cominceranno a indagare sul loro stato, gli spiriti guida o i membri di famiglia appariranno, le raduneranno insieme e le condurranno in una sorta di area di accoglienza. Nel luogo di raccolta guide specializzate in questo particolare tipo di trauma assisteranno i nuovi arrivati e le anime inquiete spiegando il significato della situazione. Alcuni spiriti comprenderanno pienamente gli eventi della loro morte e compiranno il passaggio in modo facile, altri avranno bisogno di ulteriore assi-

stenza. Gli esseri spirituali che lavorano con situazioni psicologiche e problematiche aiuteranno questi ultimi ad accettare la loro nuova esistenza spirituale. Di solito i problemi vengono risolti quando i familiari defunti o gli amici si riuniscono con lo spirito appena arrivato, infatti i ricordi di amore aiutano a liberare la sua mente dalla situazione tragica.

Entità confinate sulla Terra

Dopo che lo spirito si è spogliato del veicolo fisico, risiede nella sua copia eterica e in questo stato ha una sensazione immediata di pace e di libertà, un forte senso di leggerezza ed euforia, perché il peso e la gravità del corpo fisico non esistono più. Lo spirito rimane in questo doppio eterico grigio e vago per pochissimo tempo, forse solo istanti, prima che la guaina si dissolva e l'anima assuma la sua forma astrale. In un certo modo si potrebbe dire che l'involucro eterico sia un ponte tra la dimensione fisica e quella astrale. Nella maggior parte dei casi questo passaggio è rapido.

Comunque, quando uno spirito è molto unito alla sua famiglia e non è pronto ad accettare il fatto di essere morto, i legami terreni diventano una specie di trappola: in una situazione simile l'anima starà molto vicino alla sua salma e spesso farà tentativi vani per comunicare con i propri cari. È abbastanza comune per questo tipo di spirito presenziare al proprio funerale e sovente ciò lo aiuta a capire che non fa più parte di un'esistenza fisica; a quel punto è pronto a proseguire verso la sua casa spirituale. A volte, comunque, resta "bloccato" e diventa ciò che è definito un "confinato sulla terra". Spesso è il sistema di cre-

denze che una persona ha sviluppato nel corso della vita a imprigionarla in tale condizione dopo la morte. Permettetemi di spiegare cosa intendo per sistema di credenze di un individuo.

C'era una volta un uomo di nome Bill che viveva sul pianeta Terra. Era un agnostico, non aveva credenze religiose o spirituali, ed era sicuro solo di ciò che sperimentava. Il suo atteggiamento era: "Quando muori, muori. Non c'è nient'altro". Durante la vita si interessò solo a due cose: se stesso e i propri averi, e il suo scopo principale era di accumulare tutto il denaro e tutti i beni che poteva, anche attraverso lo sfruttamento e a discapito degli altri.

Un giorno Bill morì e si svegliò dall'altra parte: capì in poco tempo che non era veramente "morto", ma che viveva solo in un'altra forma, più leggera, anche se possedeva ancora l'equipaggiamento mentale terreno e materialistico. Con molta ansietà cercava di restare aggrappato ai suoi beni, per scoprire che non poteva: non capiva che la nebbia eterica grigia e scura in cui era immerso era una mera ombra del suo precedente mondo fisico. Ignaro e impreparato, Bill continua a errare sulla Terra come un fantasma, frequentando la sua casa e la sua famiglia nel tentativo di comunicare. Questo stato "di mezzo" può durare poche ore, mesi o persino anni, a seconda del desiderio di Bill di lasciarsi dietro il regno fisico e proseguire in quelli astrali o superiori. Per fortuna, nessuno di noi deve attraversare lo stesso groviglio eterico di quest'uomo se manteniamo una consapevolezza spirituale superiore.

Pochi anni fa, feci la conoscenza diretta di entità confinate sulla Terra grazie a un amico. Mike era un professore universitario che insegnava storia del mondo ed era così razionale che non riusciva a convincersi dell'esistenza del

mondo spirituale; sapeva che lavoro facevo e partecipò addirittura ad alcune mie sedute spiritiche, ma non ci credeva. Persino quando trasmisi messaggi da parecchi suoi parenti defunti non ci diede molto peso. Con il senno di poi, ora mi rendo conto che partecipava solo per farmi piacere. Gli venne diagnosticata una malattia terminale e cadde in depressione: anche se lo rassicuravo ripetutamente che la vita non finiva, niente di ciò che dicevo lo aiutava a stare tranquillo, e a poco a poco divenne astioso e solitario.

Non molto tempo dopo la diagnosi, morì. Due giorni dopo il suo passaggio, mi fece visita dal mondo spirituale e ne conservo un vivo ricordo. Era mattino presto e fui svegliato di soprassalto dall'apparizione di un corpo eterico alto circa un metro e ottanta che brillava ai piedi del letto. Stentavo a credere a quanto Mike sembrasse reale, aveva persino i suoi capelli biondi. Mi fissava, poi chiese in modo telepatico: "Sono morto?", gli inviai un pensiero in risposta: "Sì, Mike". Mi ringraziò e su quella nota scomparve. Appena dopo la partenza, percepii la presenza di una donna africana che indossava ampie vesti tribali incredibilmente belle. Seppi d'istinto che era una delle guide spirituali di Mike e la sentii dirmi: "Grazie. Doveva sentirlo da qualcuno che conosceva". Poi anche lei scomparve nell'etere.

La cosa triste è che il mondo è saturo di entità confinate sulla Terra. Alcune, come Mike, capiscono subito che sono "bloccate" e si muovono con rapidità verso il mondo spirituale, mentre altre non sono così fortunate: vagano nella realtà fisica e la "infestano" influenzando gli uomini deboli di mente. Sono "imprigionate" fra il mondo della carne e quello dello spirito. È una sfortuna che il nostro sistema di credenze limitato e rigido non muoia quando la-

sciamo il corpo fisico, al contrario, queste convinzioni si rivelano vere dall'altra parte.

Anche se una persona esce dal corpo in modo violento può essere confinata sulla Terra. Uno spirito è perso perché è impreparato, non capisce che cosa è successo, e spesso continua a fare ciò che faceva sulla Terra fino a quando non comprende che il corpo è morto, e che lui è passato dall'altra parte. Molte volte gli spiriti hanno espresso rabbia verso tali morti premature, alcuni vogliono persino vendetta, ma per fortuna esistono esseri spirituali il cui compito è aiutare questi spiriti persi a compiere il passaggio verso l'espressione di vita superiore.

Il passaggio dal mondo fisico a quello spirituale è naturale e indolore, anche se la nostra cultura lo ha trasformato in evento terrorizzante, e le persone non sono preparate in modo adeguato. Ecco la causa per cui gli spiriti diventano confinati sulla Terra, perché non sanno dove sono né quando ci sono arrivati. Ecco perché è così importante che acquisiamo la comprensione del fenomeno della morte, così che il passaggio di ciascuno sarà facile, lieve e completo; dobbiamo solo afferrare che la morte è la porta alla vita eterna, e che c'è *ancora molto*.

5

I regni spirituali

...Sebbene lontano nell'entroterra siamo,
Le nostre Anime hanno la visione del mare immortale
Che ci portò qui,
Possono all'istante viaggiare là,
E vedere i bambini giocare sulla spiaggia,
E udire le acque possenti ondeggiare eternamente.

WILLIAM WORDSWORTH,
Intimations of Immortality

Come esprime Wordsworth in modo così bello, stiamo compiendo un viaggio infinito tra la Terra e il cielo, e come per ogni viaggio in cui ci imbarchiamo, ci ritroviamo a pregustare un'avventura eccitante. Non sarebbe bello considerare l'ultimo itinerario della nostra vita a dir poco sempre uguale? La verità è che abbiamo fatto questo viaggio molte volte prima e lo rifaremo ancora molte volte.

Quando una persona abbandona il mondo fisico, lascia dietro di sé un corpo pesante, denso, che ha abitato un mondo ugualmente denso e pesante, e tale passaggio può essere paragonato a togliersi un cappotto invernale, o a un serpente che muta la pelle. In sostanza facciamo la stessa cosa: quando moriamo, abbiamo finito di usare la nostra forma umana e la lasciamo andare, quindi non viene perso nulla se non il corpo fisico. L'intero sé spirituale resta

intatto, il corpo astrale, mentale e spirituale sono ancora vivi e stanno bene; persino la nostra personalità, con tutti i suoi sentimenti, simpatie, antipatie, emozioni, desideri rimangono tali.

Entrare in un mondo nuovo

A prescindere da quanto una persona si sia evoluta spiritualmente, inizia una nuova esistenza in ciò che è conosciuto come il mondo astrale, che è tanto solido e reale quanto la Terra fisica, una sorta di copia eterica del nostro pianeta. Questo mondo invisibile (ai nostri occhi) interpenetra la Terra e vi si estende intorno, è fatto di energia eterica che vibra a frequenze oltre lo spettro fisico, ed è composto di un certo numero di livelli, ognuno dei quali corrisponde a una particolare frequenza eterica.

Il livello del mondo astrale che è più vicino alla Terra fisica può essere descritto come una specie di area di accoglienza, che è importante per le anime appena arrivate per due ragioni fondamentali: in primo luogo, fornisce un ambiente che duplica la Terra in ogni modo possibile, in qualità di esistenza pluridimensionale possiede case, edifici, università, sale da concerto, giardini, laghi, e tutto ciò che è riconoscibile dalla mente materiale, e questo reca sollievo all'anima sotto choc per aver lasciato un mondo solido, fisico; in secondo luogo, è un posto che permette allo spirito di abituarsi lentamente alla vita dopo la morte. Nel mondo astrale, lo spirito inizia a vivere un'esistenza più rarefatta, spirituale e alla fine deve liberarsi dalla memoria terrena dei suoi schemi, comportamenti e desideri passati.

Uno spirito appena arrivato graviterà in quel particola-

re livello del mondo astrale che corrisponde alla frequenza della vibrazione del suo corpo astrale, entrerà racchiuso in un corpo astrale molto tangibile, e sarà reale tanto quanto fosse sulla Terra.

Il punto di vista di uno spirito

Ho avuto molte opportunità di trasmettere messaggi sulle condizioni incontrate dagli spiriti una volta entrati nel mondo astrale e la lettura seguente ne è un meraviglioso esempio. È una storia abbastanza tipica di come uno spirito entra nella nuova dimensione, ma vi prego di tenere presente che vi sono modi diversi di giungere nel mondo spirituale proprio come ci sono diversi generi di morte.

Una giovane donna venne da me per contattare la madre; era abbastanza scettica circa l'intera faccenda, ma si sentiva in colpa per non essere stata presente al momento del trapasso e voleva una prova di qualche sorta che la madre stesse bene. La mamma si chiamava Molly, e questa è la descrizione del suo ingresso nel mondo spirituale:

"Mi ricordo che sembrava tutto molto strano e posso solo descriverlo come se mi fossi svegliata da un sogno. Mi ritrovai in una specie di ospedale, o meglio, sembrava un ospedale, però era molto grazioso e pieno di gioia. Sapevo o ricordavo che ero stata in una clinica e che non riuscivo a respirare... quel luogo sembrava così tetro e freddo, mentre questo era completamente diverso: non mi sentivo più malata, né avevo più bisogno di ossigeno; stavo così bene e mi chiedevo dove fossi. Osservai la stanza e vidi anche altre persone nei letti, sembrava tutto così naturale. Questo è il solo modo per descriverlo: naturale.

"L'uomo di fronte a me disse che pensava di essere

morto perché sapeva di essere stato in un incendio e lo sentii affermare: 'Scommetto che siamo in Paradiso'.

"Poi una donna entrò nella stanza e si avvicinò a me. I suoi occhi erano blu, non riuscivo a credere che fossero veri. Mi parlò con un tono che sembrava molto vicino alla compassione, ma senza parole, era una sorta di telepatia mentale, tuttavia riuscivo a sentire e a capire tutto quello che diceva. All'inizio mi sentii molto strana, eppure c'era qualcosa in lei che sembrava piuttosto familiare, anche se non ero in grado di identificarlo. Non appena formulai questo pensiero, la sentii nella testa che mi parlava: 'Sono io, Jennie. Giocavamo insieme nella fattoria quando eravamo piccole'.

"Non potevo crederci. Ma guardando nei suoi occhi e vedendo il suo dolce sorriso, seppi che era vero: era Jennie Gallagher e giocavamo insieme da bambine. Ricordai che era morta per febbre reumatica quando aveva otto anni.

"'Come puoi essere qui? Pensavo fossi morta!'

"Mentalmente mi rispose: 'Sono morta e anche tu lo sei!' Per un istante rimasi sotto choc. Poi Jennie mi ricordò come eravamo amiche da piccole e che ero molto sconvolta e arrabbiata quando morì. Chiesi persino a Dio di portarmi in cielo con lei.

"'Quando eravamo piccole, facemmo un patto, ricordi? Chiunque fosse andata in cielo per prima sarebbe venuta ad accogliere l'altra! Bene, eccomi qui!'

"Mentre mi diceva questo, la memoria inondò la mente come se lo avessi appena pensato, e a un tratto mi sentii pervasa da un senso di gioia e felicità. A quel punto Jennie mi invitò a seguirla.

"'Dove stiamo andando?' chiesi.

"'Fuori, nella zona di accoglienza.'

"Non capivo il motivo: 'Ma io sono malata!'

"Rise. 'Quella condizione era tutta nella tua testa. Sei uno spirito ora e stai perfettamente bene.'

"Prima che me ne rendessi conto, mi ritrovai fuori dal letto e stavo come scivolando verso la facciata di questo edificio simile a un ospedale. Mi ricordavo di aver pensato a come fossi splendidamente vestita e Jennie mi disse che mi aveva vestito lei con i suoi pensieri.

"'Tutto qui è fatto con il pensiero', spiegò.

"La seguii fuori dalla porta d'ingresso in un bellissimo cortile, affollato da persone abbigliate in modo grazioso; mi sentivo parte di una specie di corteo.

"Jennie mi informò: 'Ci sono altri che aspettano di incontrarti. Ci vediamo dopo'.

"Scesi le scale nel cortile. È difficile descrivere come tutto fosse così meraviglioso: era più bello che una splendida giornata di primavera, era perfetto. Tutti sorridevano e potevo veramente avvertire la gioia che ognuno provava. C'erano bambini che giocavano nei giardini circondati dalle più mirabili fontane di acqua.

"Poi vidi una giovane coppia in piedi al fondo delle scale; mi stavano sorridendo. Anche in questo caso pensai di conoscerli, ma non apparivano nel modo in cui li ricordavo: erano giovani, perfetti e tanto reali quanto potevano essere. Scesi gli scalini e più mi avvicinavo più li riconoscevo. Erano veramente loro: mia madre e mio padre, Gertrude e Jed!

"'Non posso credere che siate voi', piansi dalla gioia.

"Mia madre mi diede un buffetto sulla testa. 'Va tutto bene, non piangere. Vedrai come tutto sia reale non appena smetterai di pensare con la tua mente terrena e ti adatterai al tuo sé spirituale.'

"'Perché siete così giovani?'

"Mi disse: 'Una volta trasformata in spirito, puoi assu-

mere l'aspetto e l'età con cui ti senti più a tuo agio. Noi abbiamo scelto i trent'anni perché ci piaceva quell'età nella nostra vita'.

"Parlammo ancora un po'. Mi sentivo proprio bene! Poi iniziai a vedere altri membri della mia famiglia... mio fratello Barney, i nonni, la zia e il mio preferito, lo zio Jim, che mi aveva insegnato a cavalcare. Tutti sembravano così vitali e mi dissero ripetutamente di riposarmi e di godere una vita libera da problemi di salute e dalle preoccupazioni che avevo sulla Terra.

"Mi ricordo di aver detto loro: 'Tutto sembra così reale, così veramente reale'.

"Poco dopo mia madre mi portò a casa sua per permettermi di riposare; era la stessa abitazione in cui avevo vissuto quando ero ragazzina, persino con le stesse tende della cucina che si gonfiavano alla brezza. Mi portò nella mia stanza, dove c'era un letto a baldacchino, ed era proprio quello che mio padre aveva costruito per me. Posai la testa sul cuscino e iniziai a cadere nel sonno più profondo e sereno che avessi mai conosciuto. Proprio un istante prima, mi ricordo di aver pensato: '*Ora* so cosa significa veramente l'espressione *Benvenuta a casa*'".

Dopo due incredibili ore, finii la lettura. Mi fermai per un momento per ringraziare i miei spiriti guida quindi diedi un'occhiata alla figlia di Molly. Era seduta tranquillamente con le lacrime che le scorrevano sul volto.

Mormorò: "È lei, è mia madre. Aveva un'amica d'infanzia, Jennie, e quelli erano i nomi dei suoi genitori e lei adorava zio Jim... mi raccontava aneddoti di quando le insegnava ad andare a cavallo. Ora so che è vero! Ho fatto un sogno la settimana scorsa e ho visto la mamma in quel letto a baldacchino. E ho anche una sua foto che la ritrae in piedi vicino a quel letto: mio nonno lo costruì

per lei. Sono felice che stia bene e che sia a casa". La giovane donna si asciugò le lacrime e mi abbracciò con gratitudine.

Il mondo astrale

Il mondo che la madre di Molly descriveva è qualcosa a cui ci si riferisce come a *La Terra del Sole*. Questo mondo astrale è sotto molti aspetti tanto solido quanto la Terra fisica, sebbene la sua energia sia leggera ed eterica. Quando un'anima individuale compie il passaggio al livello astrale dell'esistenza, entra con il corpo astrale, che è una copia esatta di quello fisico, completo di braccia, gambe, dita delle mani, dei piedi e così via, anche se è privo di qualsiasi malattia o infermità. Per esempio, chi è cieco o sordo, o su una sedia a rotelle, o ha una terribile malattia che vessa il corpo, non porterà queste invalidità nei regni spirituali: lo spirito arriva in forma perfetta anche se ha perso un braccio o una gamba in un'esplosione, o il suo corpo è stato totalmente distrutto da un disastro o dalla guerra. Queste pene sono semplicemente gli effetti del corpo fisico nel mondo fisico, *non* sono le condizioni del mondo spirituale o del corpo spirituale.

Il corpo spirituale è intero e perfetto
e non potrà mai essere distrutto o danneggiato!

Sebbene il nostro corpo spirituale arrivi in perfette condizioni, la nostra personalità composta di memorie accumulate, pregiudizi, brame e suscettibilità, non cambia; di

fatto, il nostro intero modo di pensare e di sentire le emozioni resta completamente inalterato, e tutto ciò che abbiamo sperimentato nel mondo fisico è iscritto nel tessuto dell'anima. In un certo senso, è ironico che sulla Terra spendiamo tanto tempo per assicurarci di avere una bella forma fisica e poco per ciò che vale, per esempio migliorare le relazioni o essere sinceri con noi stessi. Dopo che saremo morti, tutta la fatica impiegata nel prenderci cura del corpo non servirà a nulla perché in ogni caso apparirà meraviglioso. Tuttavia, rimarremo invischiati negli stessi problemi e nelle stesse incertezze che credevamo svanissero con la morte.

Un'anima appena arrivata si trova a un livello spirituale composto dall'insieme dei tratti del carattere e delle varie esperienze terrene che aveva creato prima di morire; in altri termini, essa gravita in uno stato esistenziale che contiene i suoi interessi. Le anime con interessi simili si riuniscono in un livello spirituale comune.

Illusioni terrene

Una delle prime illuminazioni che tocca gli spiriti al momento dell'entrata nel mondo astrale è l'assenza del tempo.

Nel mondo spirituale il tempo non esiste.

Tuttavia, dato che lo spirito ha lasciato da poco un mondo di orologi e calendari, il ricordo del tempo ha una forte presa nei suoi processi mentali, e gli è naturale chiedere che giorno è. L'anima potrebbe pensare di essere uscita

dal corpo fisico solo da un istante mentre nel tempo terreno effettivo se ne è andata da tre giorni. La comprensione di questa diversità le conferma che non è più legata alle limitazioni del mondo fisico: nella dimensione spirituale il tempo non è misurato dalla posizione del Sole e delle stelle, ma dal coinvolgimento nell'esperienza, e lo spirito ha letteralmente tutto il tempo di cui ha bisogno, è più preoccupato di cosa vuole fare piuttosto che del tempo necessario per la realizzazione.

Parimenti un altro motivo di confusione per gli spiriti appena arrivati è il fatto che nel mondo astrale le leggi fisiche e i limiti, come la gravità, il suono e la velocità, non valgono più. Le anime scoprono in fretta di non essere limitate da un mondo stabile. Nella quarta dimensione e oltre, gli spiriti sono capaci di essere in più posti allo stesso tempo, e la modalità di trasporto è il pensiero; non hanno bisogno di parlare perché possono comunicare in modo telepatico. Come ho già detto, tutte le situazioni sono create dai nostri pensieri, persino nella vita dopo la morte.

Sulla Terra i familiari suppongono che ai loro cari defunti, una volta giunti dall'altra parte, venga svelato l'intero piano della creazione, e si aspettano che siano rivelati loro tutti i segreti del cielo. Spesso mi viene chiesto: "Perché uno spirito non può darmi le risposte?" o "Se mi amasse, certamente vorrebbe aiutarmi". La verità è che gli spiriti ci amano tanto da non darci le risposte, perché sanno che la persona amata, per crescere ed evolversi, deve passare attraverso le esperienze senza alcun genere di indizio psichico, quindi non ostacolano la nostra crescita spirituale rivelandoci le risposte che ci privano della necessità di comprendere certe situazioni. Dobbiamo superare i nostri vissuti per acquisire saggezza e volare più in alto.

Mentre uno spirito appena arrivato possiede una consapevolezza più intensa o un'espansione di coscienza, la sua conoscenza è limitata al livello spirituale in cui si trova e, non appena la sua coscienza si espande, l'intuizione più importante che riceve è una comprensione più ampia dell'unità armonica di tutte le cose. Capisce che è unito da un denominatore comune a ogni altra espressione di vita, e l'ingrediente che rende tutto possibile è l'*amore* incrollabile e infinito.

Un tempo per riflettere

Insieme a questa percezione dell'unità, lo spirito acquisisce la conoscenza dell'intera composizione della propria anima, viene a sapere con chiarezza la storia completa di tutte le sue esperienze in tutte le vite. Arriva poi il momento in cui inizia a giudicare e a esaminare ogni vissuto, momento e situazione dell'esistenza lasciata da poco, sonda ogni pensiero, sentimento e azione, e analizza cosa ha contribuito alla crescita o al detrimento dell'anima, in altri termini, fa un rapporto comparativo: misura quanto bene ha adempiuto al piano originale dell'anima.

In tale processo di rivalutazione lo spirito potrebbe rendersi conto che per acquisire quanta più saggezza possibile da una certa esperienza, potrebbe aver bisogno di ripetere una situazione simile in un'esistenza futura sulla Terra e questo dà il via a ciò che viene definito come il processo karmico, ovvero riportare un'esperienza da una vita all'altra per raggiungere la consapevolezza spirituale. Tale processo non è inteso come una punizione per aver fatto qualcosa di "sbagliato", ma è semplicemente una valutazione spirituale dell'esperienza. Se un'anima crede di poter ripetere l'esperienza in modo migliore, ritornerà

per rifarla. Un essere spirituale riconosce la propria immortalità, sa di essere responsabile per tutte le situazioni che ha causato nel passato e per tutte quelle che creerà in futuro.

Il mondo che create

Qualcuno crede che il cielo sia affollato da angeli alati che suonano arpe volteggiando tra le nuvole, ma questo è semplicemente un mito. La casa di uno spirito nei regni spirituali è un riflesso preciso dei risultati ottenuti e/o delle trasgressioni commesse nella vita sulla Terra. Dopo essersi adattata al nuovo mondo, è comune che un'anima appena arrivata sia accolta da un maestro spirituale e venga, per così dire, portata in giro per conoscere i vari livelli ed espressioni della vita spirituale. La "gita" mostra sia quanto lontano è salito uno spirito nella consapevolezza dell'anima sia come possa raggiungere un livello superiore di crescita spirituale. Nelle dimensioni spirituali esistono tanti livelli quante sono le strutture mentali; per questo, durante le mie letture, molte volte ho detto alle persone che erano responsabili di aver creato il loro paradiso o il loro inferno basandosi sui pensieri, sulle parole e sulle azioni. L'ambiente è dentro ogni individuo. La gente comune che cerca di vivere un'esistenza decorosa sulla Terra rispettando il prossimo e dimostrando amore, non ha bisogno di preoccuparsi della vita dopo la morte: graviterà in un livello meraviglioso di pace, gioia e amore infiniti. Tenendo presenti i numerosi consulti medianici che ho fatto, guardiamo come potrebbe essere l'ambiente di una persona media di buon cuore dopo essere passata in spirito.

Mentre iniziate a guardarvi intorno, la prima cosa che

potreste osservare è una bellezza incredibile. Potreste scoprire splendidi giardini a perdita d'occhio con fiori dai colori brillanti. I colori vivaci del mondo spirituale vanno oltre il nostro spettro naturale terreno: ogni cosa in questo ambiente è letteralmente "luminosa", cristallina, e questa luce che non ha origine da nessun Sole o stella è nota come la *Luce Astrale*. Essa causa la variazione dei colori per integrare un particolare tipo di ambiente e dato che tutte le cose sono connesse in modo armonioso, potreste pensare a questa effervescenza brillante come a un riflesso della luce che brilla in ogni spirito.

Ora è la volta del profumo: l'atmosfera rarefatta insieme alla fragranza dolce, fiorita di ogni bocciolo crea un aroma angelico. Così, spesso gli spiriti hanno affermato di percepire immediatamente in modo molto più intenso il profumo deliziosamente dolce che li circonda, la fragranza persistente e la bellezza di questa dimensione paradisiaca, che non è descrivibile a parole. È un mondo perfetto ricco di prati smeraldini e magnifiche foreste; gli alberi lussureggianti non hanno bisogno di essere potati o di cure, perché le foglie non cadono e ogni cosa è così viva e in armonia con ogni altra parte. Questo angolo di paradiso è un luogo dove niente è fuori posto, dove tutto è in accordo.

Oltre alla bellezza, esistono scuole di sapere collocate in palazzi straordinari, creati con materiali insoliti per la nostra mente terrena: di fatto, gli edifici sembrano avere una qualità traslucida, opalescente e forse è da qui che deriva il termine "*porte del paradiso*".

In queste costruzioni grandiose è possibile trovare ogni disciplina: arte, musica, lingue, filosofia, scienze e arti teatrali, e ogni sala di apprendimento ha la propria *atmosfera di pensiero*, creata dai sentimenti delle persone che condi-

vidono gli stessi interessi e dall'amore dell'architetto che usò la sua competenza per progettare l'edificio.

Creare la vostra casa

Avrete persino la possibilità di creare la struttura della vostra casa a livello astrale. Forse vi piacerebbe avere un piccolo cottage in campagna con il giardino lambito da un ruscello che mormora... Sarete capaci di concepire e di creare la vostra casa con il pensiero, o potrete avere un architetto che vi aiuta a progettarla.

Di solito, gli spiriti costruiscono copie esatte delle loro dimore terrene perché si sentono più a loro agio in un ambiente familiare, ma se l'anima sceglie una proprietà magnifica, deve essere dotata della consapevolezza per crearla. Se lo spirito sulla Terra aveva una scarsa autostima e una struttura mentale basata sull'autocommiserazione, è improbabile che crei un palazzo in cielo, o se non sente di volere una casa grande, anche se sulla Terra ne possedeva una simile, può creare qualcosa che si adatti perfettamente al suo gusto. Qualunque cosa venga costruita è *interamente* un riflesso e una rappresentazione della specifica natura dell'anima.

Realizzare i vostri desideri

Quando entriamo nel mondo astrale, le emozioni e i desideri più profondi, le simpatie e antipatie più forti ci accompagnano. Queste qualità hanno ancora un ruolo rilevante nel nostro essere, fino a quando non ne abbiamo fatto un'esperienza completa. Così, in spirito alla fine abbiamo l'opportunità di manifestare ed estinguere tutti i nostri sogni e le nostre seduzioni.

Per esempio, supponiamo che vi sarebbe piaciuto dipingere, ma non sapevate come: nel mondo astrale potete sperimentare la gioia e la soddisfazione che la pittura ha riservato per voi; forse avete sempre voluto fare lo stilista o essere un eccellente chef: qui è possibile appagare questi desideri. Ogni cosa è creata dal pensiero, e tutto ciò che uno spirito deve fare per realizzare il suo sogno è di imparare come infondere la vita nel suo pensiero.

Nella dimensione spirituale sarete capaci di godere dei desideri che hanno forti legami emozionali e sentimentali. Più un desiderio è tenace, più lo serberete o più tempo vi occorrerà per lasciarlo andare.

Una volta, mentre partecipavo a un'intervista televisiva, feci una lettura per una giovane donna del pubblico: venne il padre, lei chiese cosa stesse facendo e lui le rispose che si stava divertendo moltissimo scommettendo sui cavalli alle corse!

Il moderatore del programma mi guardò con una strana espressione e disse: "Oh, dai, intendi dirmi che ci sono le corse di cavalli in cielo?"

Replicai: "Bene, per questo uomo il paradiso è così. Gli piace". Il conduttore alzò la testa e inarcò le sopracciglia come per dire *questo tipo è pazzo*.

Ma la ragazza si voltò verso di me e dichiarò allegramente: "È mio padre! Andava alle corse tutti i sabati!"

Il mondo astrale si adatta a ciò che vogliamo, a ciò di cui sentiamo di aver bisogno. Questi desideri sono contenuti nella parte più bassa della personalità; non sono uno spicchio della parte spirituale nobile del nostro essere, e una volta che lo spirito ha capito che non ha più bisogno di tale desiderio, lo lascia andare con facilità. Il mondo astrale è come una stanza di compensazione: aiuta a farci perdere le brame emozionali terrene.

Non solo teniamo in vita i nostri sogni e i nostri desideri, ma passiamo anche nel mondo dello spirito aggrappati alle vecchie abitudini. Dato che questo particolare mondo spirituale è vicino all'atmosfera terrestre, il corpo mentale e quello emozionale contengono ancora tutti gli orpelli della vita terrena. Certi spiriti continuano a sentire un bisogno a causa delle loro abitudini e delle loro dipendenze. Per esempio, non è insolito per una persona che era un'accanita fumatrice nella vita terrena continuare a fumare dall'altra parte; oltre alle sigarette, gli spiriti materializzano alcool, droghe o i loro cibi preferiti. Molte abitudini sono talmente radicate che l'anima ne farà esperienza fino a quando saranno tutte *estinte*. Alla fine, quando si renderà conto che l'abitudine pesa sulla crescita spirituale, si scrollerà di dosso le spire più pesanti del desiderio e si eleverà.

Il tempo trascorso nei molteplici livelli del mondo astrale varia per ciascuno spirito che, circondato dalle creazioni dei suoi desideri e brame, resta in questa regione fino a quando ha affinità con tali energie. Mentre spazza via i residui durante il suo riorientamento astrale, in sostanza si sta preparando per nuove opportunità quando ritornerà sulla Terra in futuro.

La terra oscura

Sebbene sarebbe impossibile descrivere in dettaglio tutti i livelli del mondo astrale, basta dire che ne esistono alcuni meno elevati. Allo scopo di fornire una panoramica, penso che gioverebbe descrivere una condizione estrema del

piano astrale che è stata chiamata inferno: questa regione astrale inferiore non è un luogo dove regnano la bellezza e la dolcezza, ma è una dimensione che è stata materializzata a causa dei pensieri, delle parole e delle azioni di coloro che hanno provocato dolore e sofferenza terreni. Tutti noi raccogliamo ciò che abbiamo seminato, nessuno escluso. In questo modo uno spirito che ha vissuto un'esistenza terrena basata sull'ingiustizia, sulla crudeltà e sull'odio potrebbe ritrovarsi in questa regione inferiore.

Essa vibra a una frequenza molto più bassa di quella delle regioni superiori, la luce è fioca e si affievolisce quasi fino a diventare una debole oscurità, l'atmosfera sembra proprio quella di un racconto di Dickens: un odore acre e sgradevole la pervade e figure indistinte si dimenano da un luogo all'altro imprigionate in ciò che sembra essere una danza eterna di inquietudine. Non c'è rifugio sicuro per un'anima tormentata quando cerca di fuggire dalla sua bassezza morale. Il corpo astrale di uno spirito nelle regioni inferiori non è come quello nelle sfere celesti: talvolta è deforme o manca di alcune parti, appare devastato e meschino. A questi livelli le dimore non sono fatte di marmo o pietra, ma da mucchi di legna marcia.

In questo regno oscuro gli spiriti covano inclinazioni mentali di odio, rancore, e dal bisogno di predominare sugli altri, sono governati dagli elementi infimi del mondo fisico. Gli abitanti di questa dimensione possono essere assassini, stupratori, ladri, truffatori, bari, sicari o chiunque abbia fatto del male a un altro essere umano. Spesso pensiamo a questo genere di persone come ad anime perse, e in un certo senso lo sono, perché vagano senza meta, depredandosi a vicenda. Lo spirito resta in questo buco oscuro fino a quando non estingue i desideri più biechi; solo al raggiungimento della consapevolezza spirituale

può muoversi verso i livelli superiori del piano astrale. Quando una simile anima depravata mostra il minimo accenno a comportarsi in modo erroneo, uno spirito guida appare subito per aiutarla. Nessuno si perde mai veramente, perché l'energia della Forza di Dio è in ciascuna anima.

Ci sono molti altri luoghi oscuri in cui risiedono gli spiriti; è possibile che non siano così fisicamente ripugnanti come quello appena descritto, comunque sono tetri. Come l'inferno, queste dimore sono modellate dalle nostre inclinazioni mentali negative e dall'oscurità dell'ignoranza spirituale.

Il simile attrae il simile

La mente individuale sembra un magnete che attrae gli altri simili a sé, e questa legge universale dell'affinità resta la vostra bussola nella vita dopo la morte. Le credenze e gli atteggiamenti a cui vi aggrappate sono una parte fondamentale della vostra vita nel mondo astrale.

Qui sulla Terra siete letteralmente mischiati a caso insieme a persone con ideali, sistemi di credenze, e background economici, razziali ed etnici diversi. Una volta passati oltre l'esistenza terrena, sarete attratti da uno stato dell'essere dove tutti pensano, si comportano e vivono proprio come voi, perciò vi troverete allo stesso livello di altri spiriti con sistemi di credenze simili. Per esempio, gli scienziati, i matematici, i teorici e i filosofi potrebbero essere su livelli mentali paragonabili tra loro, perché questa è la loro realtà. Se una persona ha convinzioni religiose estremamente radicate, è certo che si troverà in un luogo con menti che pensano in modo simile, che percepiscono

l'esistenza nello stesso modo. Menti simili graviteranno sempre insieme e, forse, questo è il paradiso per la maggior parte delle persone.

Ancora più importante è sapere che questa legge universale di affinità ci unisce con i nostri cari che sono trapassati prima di noi: siamo stati con queste stesse anime molte volte e perciò lo saremo ancora molte volte. Quando sarà il momento del passaggio, ci staranno ad aspettare per prenderci per mano e mostrarci le infinite possibilità di vita nel mondo dello spirito.

Per alcune persone l'esistenza nel mondo astrale è breve, mentre per altre, a seconda di quanto sono succubi delle passioni fisiche, è molto più lunga. Quando uno spirito è pronto per ascendere più in alto, muore, per così dire, un'altra morte e viaggia verso una nuova casa spirituale che alcuni chiamano "paradiso".

Lo spirito in evoluzione

Sento oltre la gamma dei suoni,
Vedo oltre lo spettro visivo,
Nuove terre e cieli e mari intorno,
E nel mio mezzogiorno il sole fa la sua luce pallida.

HENRY DAVID THOREAU,
Inspiration

Spesso mi viene chiesto per quanto tempo restiamo dall'altra parte, se rimaniamo in un unico posto o visitiamo altre dimensioni. Durante le mie letture posso affermare che uno spirito si è evoluto nei mondi celesti superiori dal modo in cui comunica i pensieri e i sentimenti. Molte volte dico a un cliente: "Sento come se quest'uomo sia stato dall'altra parte almeno dieci anni" oppure "Questa donna è arrivata da poco". Riesco a cogliere la differenza dalla chiarezza, o della mancanza di chiarezza, dei pensieri che uno spirito invia e dal tipo di emozione che sta dietro i messaggi.

Per esempio, uno spirito appena arrivato può trasmettere sentimenti e pensieri in modo molto pressante, saturo di emozioni. Gli aspetti della sua personalità sono sorprendentemente ovvi come se richiamasse un modo di pensare "terreno". Quando uno spirito è nel mondo spirituale da più tempo, comunica in modo diverso: di solito, il contatto è tranquillo, i pensieri sono lucidi e facili da capire e invia anche messaggi calibrati e significativi.

Il mondo astrale è come un passo intermedio nella progressione dello spirito, un luogo dove tutti i bisogni emozionali fondamentali e inferiori sono estinti nella loro totalità. Nel proseguire il viaggio, prima o poi, l'anima si disilluderà dei sogni e delle brame terreni e comincerà a risvegliarsi a un aspetto superiore della sua coscienza, e quando è pronta a elevarsi abbandonerà completamente i vecchi ricordi e gli schemi di pensiero mondani.

La vita superiore

L'abbandono degli schemi mondani e degli elementi inferiori del corpo emozionale purifica e illumina la personalità. Non appena lo spirito si disfa dei vecchi residui per disintegrarli nelle regioni astrali inferiori, passa, per così dire, attraverso un'altra morte (l'induismo e lo spiritualismo la definiscono effettivamente una *seconda morte*). Questa morte rende l'anima capace di avanzare verso una sfera spirituale superiore e diventare un essere più illuminato; allora entra nel vero mondo del Paradiso.

Il "Paradiso" non è un "luogo" diverso, perché non ci sono confini fisici nel mondo spirituale: la "geografia" non è tracciata come lo è sulla Terra, piuttosto ci sono diverse velocità di vibrazione e gli spiriti più evoluti gravitano a frequenze eteriche superiori. Più è alta la frequenza, più la luce della regione è luminosa e pura. Quando dico "regione", in realtà mi riferisco a uno *stato di coscienza*. Quando gli spiriti raggiungono questa frequenza superiore, echeggiano e riflettono la gloria dell'essenza armonica divina.

Nei regni superiori tutti sono allo stesso livello di comprensione spirituale, come in una sinfonia di esseri in ar-

monia tra loro. Per alcuni è possibile che sia un ricongiungimento con i membri della loro famiglia terrena, mentre per altri potrebbe essere un incontro con vecchi amici e amanti di precedenti incarnazioni. Saranno presenti anche spiriti che non hanno mai abitato la Terra, ma che sono familiari agli altri. Ogni membro del gruppo contribuisce a modo proprio a elevare e a migliorare gli altri in modo tale che tutti si sentono completi e interi quando sono insieme. Il termine usato comunemente per una simile famiglia spirituale è "*anime di gruppo*" o "*gruppo spirituale*". Tale comunità mantiene un'affinità attraverso legami karmici ed esperienze di vita terrena passata. Gli spiriti guida creano un vincolo con questa assemblea e giocano un ruolo utile nella vita di ciascuna anima.

In questa atmosfera celeste non c'è bisogno di esprimere pensieri e sentimenti perché gli spiriti della luce superiore sono onniscienti. Mentre sulla Terra i nostri pensieri e sentimenti possono essere nascosti, *non* è così nella dimensione spirituale. Ogni pensiero formulato è reso visibile e appare come una luce personale e unica che irradia dall'interno. A questo livello di coscienza, le anime sono molto più delle loro personalità appena lasciate, sono esseri spirituali completi e integri che hanno assimilato tutte le loro esperienze terrene e le loro personalità nell'unità con Dio.

Nei regni celesti superiori ogni cosa è purificata fino agli elementi più sottili. La luce di tutti gli spiriti si fonde con quella divina, e tutto è uno con essa. Ecco perché a volte è difficile ottenere dettagli specifici dagli spiriti che sono nei regni superiori da un lungo periodo di tempo: non sono più in sintonia con la coscienza terrena.

Molte anime evolute si sono mostrate dall'aldilà per esprimere ai loro cari la "luminosità" e la "pienezza" del

mondo in cui risiedono, descrivendo come ogni cosa nella loro dimensione sia in armonia e complementare a ogni altra. Hanno raccontato dell'espressione perfetta di un pensiero, o dell'epitome di una nota musicale, che avvolgono entrambe l'immensa pienezza della luce di Dio.

È un mondo magnifico, colmo di sconfinata bellezza e di paesaggi gloriosi. Gli spiriti *sentono* e condividono la vita di ogni filo d'erba, di ogni foglia di ciascun albero, e di ogni petalo di ciascun fiore. C'è accordo assoluto in questa canzone divina, la musica non solo è sentita, ma anche totalmente vissuta in ogni parte di ogni essere. Gli ambienti irradiano luce e sono legati in un ordine piacevole e in un senso di unità.

Persino gli edifici sono creati solo con i materiali più puri derivati dalle qualità sublimi della mente. Le strutture non sono solide, ma eteree e brillano nella luce divina. È difficile descriverne l'aspetto: le immagini concepibili più prossime sono gli ologrammi. Uno spirito potrebbe scegliere di avere una casa o un luogo di residenza in questo livello, ma non per gli stessi motivi che avrebbe nel livello inferiore, dove le abitazioni sono create in base al bisogno o a scopo esornativo. Ogni cosa è fatta per la pura e semplice gioia che ne deriva, ed è una miscela dei pensieri creativi più puri che esprimono l'amore del divino.

È possibile che lo spirito desideri avere un aspetto "fisico" nella sfera superiore, potrebbe decidere di cambiare le sembianze dell'ultima incarnazione con quelle che aveva nella vita di centinaia di anni prima, ma qualsiasi forma scelga sarà perfetta. È possibile che scelga di indossare vestiti, ma non come quelli che portiamo sulla Terra. L'abito è piuttosto abbagliante e brillante perché il colore e la luminosità delle vesti spirituali riflettono la consa-

pevolezza interiore dello spirito. Chiaramente, l'abito è secondario rispetto all'intensità della luce che emana dall'interiorità.

Un'atmosfera di guarigione

Appena lo spirito entra nel mondo astrale inferiore, ha la possibilità di liberarsi dei suoi desideri emozionali inferiori, mentre nelle regioni superiori ha l'opportunità di utilizzare le qualità più elevate del suo corpo mentale. L'anima trascorre la maggior parte del tempo impegnata nella comprensione e nell'utilizzazione dei pensieri e delle idee, e questo è un passo importante nella crescita. Così facendo, favorisce realmente l'apertura mentale degli altri nei regni inferiori e terreni. Ho avuto il privilegio di ascoltare gli spiriti raccontare le loro esperienze nelle regioni superiori: canalizzai la seguente lettura in uno stato di trance durante una visita in un centro di guarigione in Brasile.

"La prima cosa che catturò la mia attenzione furono tutti gli edifici, che mi ricordavano una grande città, ma non come quelle terrene: in qualche modo i suoi dintorni ne aumentavano la bellezza, invece di spogliarla. Molte costruzioni avevano una forma e uno stile architettonico simili e si completavano a vicenda, tutte si adattavano insieme perfettamente, come se fossero incastrate al loro posto come pezzi di un puzzle. Gli edifici sembravano costruiti con materiali simili a gemme preziose, come madreperla e diamante. Tutti i colori brillavano e si mescolavano in perfetta armonia. Più osservavo queste costruzioni, più capivo che la luce rifletteva il tipo di compito che veniva assolto in ogni singola struttura.

"Non appena mi domandai che cosa stava accadendo in

uno di questi edifici, mi ritrovai all'interno: la luce era accecante, un numeroso gruppo di anime era seduto in un teatro simile a un'arena; ognuna di esse stava concentrando il pensiero verso il centro del palco, dove un altro spirito stava dormendo. Capii che si trattava di un centro di guarigione. Non c'era bisogno di parlare perché potevamo raggiungere la mente di ciascuno in modo così semplice. Guardando più da vicino, vidi una bellissima luce viola e bianca che circondava l'anima addormentata: gli spiriti stavano inviando a questo individuo sofferente luce divina per accelerare la sua vibrazione e illuminare le parti oscure causate dai pensieri che producono la malattia. Compresi che l'anima in questione era qualcuno della Terra che era stato guarito durante il sonno e gli spiriti stavano aiutandolo a tornare alla comprensione del divino presente nella sua interiorità. A questo punto realizzai che nella dimensione spirituale nessuno è mai perduto, neppure coloro che non sono consapevoli della loro luce, come quegli esseri che dimorano nei regni inferiori dell'oscurità e dell'ignoranza mentale. Sapevo che l'anima nel centro si sarebbe risvegliata con una nuova, salutare consapevolezza di sé. Vedete, niente le venne dato; l'anima era semplicemente nel processo del risveglio.

"Poi mi domandai se nel mondo spirituale vivessero gli animali, e il mio pensiero mi trasportò su un pendio, dove vidi animali selvaggi come leoni e tigri, che vivevano fianco a fianco con le loro prede. Questo mi ricordò un bigliettino natalizio: il leone disteso a fianco dell'agnello. La bestia più feroce era tanto mansueta e dolce quanto il più docile degli animali. Mentre provavo soggezione davanti a questo miracolo della natura, udii i pensieri degli animali: riuscivo a capirli proprio come se fossero quelli di chiunque altro, e dicevano che la violenza nel regno della natu-

ra non esisteva in questo luogo di pura armonia, il bisogno di sopravvivere non era più una parte della loro coscienza. Mi sorprese l'assenza di animali domestici come gatti e cani, ma subito ricevetti la risposta che erano nei luoghi dove potevano correre liberamente, o erano con i loro cari della Terra. Proprio in quell'istante sentii una connessione totale con ogni creatura vivente."

La vita di un bambino

I regni superiori hanno anche centri simili ad asili infantili, dove esseri spirituali evoluti nutrono e si prendono cura dei neonati e dei bambini che hanno lasciato questo mondo da poco. I custodi e i bambini sono messi insieme per la loro capacità di amare e di essere amati.

Ci sono così tante ragioni per cui una giovane vita è interrotta e ritorna nella vita spirituale. Ogni spirito ha il proprio destino divino e una missione spirituale da portare a termine. Per una certa anima inesperta forse la vita era troppo difficile da realizzare, quindi ha lasciato il corpo velocemente. Molti spiriti mi hanno detto che questo è ciò che è comunemente conosciuto come sindrome di morte improvvisa infantile. Forse anche i legami karmici tra il bambino e la famiglia dovevano essere completati attraverso una fine improvvisa. Qualunque sia la ragione, l'anima dovrà avere la possibilità di imparare e ritornare un'altra volta sulla Terra. Molte anime appena nate potrebbero decidere di completare il loro ciclo "fisico" di vita sotto forma spirituale in modo tale da poter sviluppare ulteriormente le qualità e i principi elevati. Questi bambini progrediranno nel mondo spirituale così che, quando ritorneranno sulla Terra, avranno una consapevolezza nuo-

va e ampliata. È possibile che altri sentano un desiderio talmente forte di sperimentare le opportunità nel mondo fisico da ritornare in terra subito senza maturare adeguatamente per essere aiutati nella incarnazione successiva. Di nuovo, qualunque cosa decida un bambino dipende dal grado evolutivo della sua anima.

Apprendimento infinito

Le anime si trovano nelle regioni superiori per imparare, per espandere e sviluppare le capacità mentali e per ricevere istruzioni tramite i loro spiriti guida e maestri. C'è un numero infinito di centri di apprendimento a seconda di quale aspetto della loro mentalità gli spiriti desiderano coltivare, anche se lo scopo non è quello di conseguire un dottorato di ricerca in storia o in matematica: gli spiriti imparano la verità. La verità è semplice, tuttavia occorre una mente eccelsa per capire la sua semplicità. Vengono esplorate virtù come l'amore, l'umiltà e la perseveranza.

Allo stesso tempo, ci sono molte menti eccelse riunite per lavorare nel campo della filosofia, della medicina e della scienza, e per sondare i misteri dell'universo. È possibile che esaminino come i pensieri influiscono sul mondo fisico e sulla salute di un essere, e può darsi che alcuni spiriti passino il tempo a infondere percettività e inventiva agli abitanti della Terra. Quando gli spiriti lavorano con menti simili sulla Terra, seminano pensieri visionari che saranno raccolti sottoforma di nuove invenzioni grandiose e cure preziose. Spesso, questi esseri umani sono già sintonizzati con una particolare struttura mentale spirituale. Tutto è possibile se le persone hanno la volontà di nutrire la loro luce e aprirsi alle possibilità infinite di Dio.

Le regioni superiori di luce sono veramente avvolte nel mistero. Un centro di apprendimento a queste altitudini è particolarmente rilevante, perché sotto molti aspetti è uno dei più importanti stati dell'essere ed è cruciale per la nostra esistenza odierna. Una sera, durante il cerchio di evoluzione, caddi in una trance totale; il mio corpo astrale lasciò quello fisico e viaggiò fino a un luogo che mi piacerebbe farvi conoscere. All'inizio osservai un edificio incredibile, costruito con un materiale simile al marmo, di cui erano fatti tutti i muri, anche se erano colorati con tinte che non avevo mai visto prima. Poi mi trovai seduto nella loggia di quello che sembrava essere un enorme teatro o un'aula di tribunale, circondato da persone concentrate su quanto stava accadendo al piano inferiore. Guardando in basso, notai uomini e donne che indossavano abiti di svariate epoche. Riconobbi una figura che conversava, seduta a un tavolino: assomigliava proprio a Benjamin Franklin. Pensai che fosse strano essere in quel luogo, e mi chiesi dove mi trovassi. Non appena formulai la domanda, istantaneamente mi giunse la risposta: ero in una sala di menti eccelse. Questo è tutto ciò che ricordo dell'esperienza. Quando uscii dalla trance, chiesi agli altri partecipanti alla meditazione cosa era successo, ma mi fissarono con espressioni attonite.

"Non ricordi?" chiese qualcuno.

"No", risposi.

"Si è manifestato un uomo di nome Franklin."

I presenti poi descrissero come quest'uomo avesse parlato loro delle varie ingiustizie nel mondo provocate dall'ossessione umana dell'ego.

"Ha detto che era uno dei molti spiriti che collaborava con i governi dei paesi della Terra per portare comprensione e un punto di accordo."

Pensai che fossero informazioni incredibili e spiegai la mia visione nella grande sala dell'assemblea.

Da quel momento ho letto di visioni simili descritte da altri spiritualisti; permettetemi di condividerne una con voi: è la visione particolare di un tempio grandioso, simile a quelli sulla Terra, in Grecia o in Egitto, che riflette il tipo di energia che opera tra le sue mura. All'interno troverete coloro che hanno un'elevata vocazione alla compassione: alcuni sono leader politici, altri inventori degni di nota, mentre altri grandi filantropi del passato e altri ancora non hanno mai vissuto sulla Terra; questi esseri provengono da diverse dimensioni del nostro universo. Tutti questi spiriti stanno lavorando con la mente dei leader politici della Terra, dispensando ideali di pace, compassione, unità e comprensione. Unendo i loro pensieri possono aiutare a illuminare gli uomini e le donne in modo che tutti i cuori possano risvegliarsi alla pace e all'armonia. Qualche volta ci riescono, e nel mondo che conosciamo trionfano politiche di pace e di giustizia, mentre in altri casi i loro tentativi falliscono. Cercare di pervadere menti bloccate nell'ignoranza, nell'oscurità, nell'avidità e nella falsità con le verità più sublimi della luce, dell'amore e della giustizia, è davvero una grande sfida.

Sebbene molti potenti leader hanno successo non per la virtù di un cuore aperto, ma per bramosia e disonestà, gli esseri spirituali non li considerano irrecuperabili: le anime evolute accettano la verità che tutti sono creati dalla stessa luce e dallo stesso amore, e continuano a lavorare nell'interesse dell'intera umanità. Spesso ci chiediamo se le nostre preghiere sono ascoltate... sì, lo sono, e ricevono risposta. Il nostro compito è quello di tenere aperta la porta dei nostri cuori per far entrare la guida.

La conquista artistica

Non si può terminare il tour di questi regni senza vedere un altro importante componente del paesaggio: il territorio dell'ispirazione artistica. Nelle sale dedicate all'espressione artistica, meravigliosamente complesse e brillanti, sono al lavoro molti maestri ed è qui che questi tramiti della luce divina condensano e trasformano energia creativa in espressioni concrete di colori e di parole. Vengono realizzati solo i dipinti della qualità più eccellente e sono veramente momenti catturati di ispirazione di colore: non solo si possono ammirare queste opere d'arte, ma si può anche *percepire* interamente *tutto l'amore* che sgorga da esse.

Esistono inoltre esseri impegnati nella materializzazione della luce di Dio attraverso le parole: i pensieri più elevati sono ridotti per ispirare gli scrittori creativi dei livelli inferiori e terreni. Le parole sono semplicemente energia manipolata, tratta da varie vibrazioni espressive, le quali si materializzano a livello emozionale e si trasmettono sotto forma di incoraggiamento, guida, umorismo e tristezza. Questi drammi, racconti, poemi e scritti sono concepiti per diffondere la luce nelle zone astrali inferiori e sulla Terra, allo scopo di risvegliare ciascun essere al divino; ciò vale per tutte le espressioni di creatività.

L'ultima tappa del nostro viaggio è un luogo dove la sinfonia divina è al lavoro: i colori dell'atmosfera si trasformano a ogni istante in un vero arcobaleno di splendore che illumina il cielo. Comunque, questi colori non sono come quelli terreni, ma emanano direttamente dalle menti dei compositori e dei musicisti di questa sfera. Qui si sente il linguaggio degli angeli in tutta la sua gloria divina. Attraversando questi magnifici edifici di luce, vedremo individui sparsi ovunque, che ricevono energia guarente dal-

le note e melodie celesti. Molti musicisti stanno unendo i loro pensieri e le loro energie per creare nuove espressioni sonore per il benessere degli altri. Tali espressioni sono pura luce di Dio eterna, colma di amore e di gioia. In questo modo potete realizzare che molte cose attendono uno spirito nel suo viaggio di ritorno a Dio.

Continueremo per sempre a sviluppare la ricchezza della nostra natura spirituale per manifestare l'amore di Dio. In definitiva, molti di noi, dopo che avranno colmato i cuori con la luce del Paradiso e saranno così appagati dell'unità dell'amore spirituale, potranno decidere di rientrare nelle condizioni del mondo denso, fisico. Acquisito il sapere di questi regni spirituali, ritorniamo sulla Terra con il desiderio di ispirare gli altri attraverso le intuizioni che abbiamo raccolto nella dimensione spirituale.

Ritornare sulla Terra

Come un angelo discesi!
Come sono luminose tutte le cose qui!
Quando apparii per la prima volta tra le sue opere,
oh come la loro gloria mi incoronò!
Il mondo assomigliava alla sua eternità,
Nella quale la mia anima camminava;
E tutto ciò che vedevo
Mi parlava.

THOMAS TRAHERNE,
Wonder

Mentre lo spirito si evolve nei regni celesti, si allinea con la grande Luce della comprensione. Questa luminosità splendente, celestiale, brilla fulgidamente dal centro del suo essere ed è il segno caratteristico dell'anima. Possedendo tanta coscienza di Dio, lo spirito entra in sintonia con i ritmi armonici e le leggi divine dell'universo, tuttavia nella costituzione dell'anima di ogni spirito c'è il desiderio ardente di raggiungere livelli sempre più alti di consapevolezza spirituale. Questa crescita perfetta si dispiega in miriadi di "lezioni spirituali" ed è messa in pratica solo dal libero arbitrio dello spirito. Queste lezioni dipendono dalle opportunità sperimentate nell'aula chiamata Terra.

Due terzi della popolazione mondiale credono nella reincarnazione o nella rinascita, la rinascita della forza vi-

tale o anima in un corpo fisico nuovo. Sebbene sia un dogma rifiutato dalle religioni ortodosse giudeocristiane, i primi cristiani, in particolare gli Gnostici, accettavano il concetto di reincarnazione. Quando il cristianesimo fu abbracciato dall'imperatore Costantino nel IV secolo, ogni riferimento alla reincarnazione o alla trasmigrazione fu rimosso dal dogma cristiano. Nell'induismo e nel buddhismo, l'anima ritorna sulla Terra per esaurire il karma. Quando è perfezionata, l'anima cessa il ciclo di rinascita e ritorna all'anima di Dio.

Sono sicuro che la maggior parte di noi ha fatto esperienze di déjà vu, come trovarsi in un luogo familiare o con una persona con cui sentiamo un'affinità immediata. Ricordo una volta in cui attraversavo in macchina New Orleans con alcuni amici e ci fermammo per mangiare qualcosa. Iniziai ad allontanarmi dal gruppo come se fossi in trance.

Un mio amico chiese: "Dove stai andando?"

Risposi: "Voglio controllare una cosa. Ho la stranissima sensazione che dietro l'angolo e al fondo dell'isolato ci sarà una chiesa bianca con due campanili".

Il mio amico si limitò a fare un cenno con il capo e mi seguì dietro l'angolo. Infatti, alla fine dell'isolato c'era una chiesa bianca con due campanili e, nel momento in cui la vidi, provai un'inspiegabile sensazione: mi sembrò di riconoscerla. Un giorno, in passato, ero stato in quella chiesa ma non durante questa vita. C'era una certa *conoscenza* che non riuscivo a spiegare.

Lo spirito, per ricevere l'esperienza ideale per la crescita spirituale e per utilizzare l'energia creata da Dio, deve prepararsi per il suo ritorno sulla Terra, perciò trascorrerà il periodo tra una vita e l'altra familiarizzando con la conoscenza sul livello materiale dell'esistenza. Poiché sia-

mo fatti dall'energia della Forza di Dio, in sostanza co-creiamo con Dio, e dipende da noi ciò che vogliamo fare con questa energia. È anche imperativo ricordare che gli effetti non sono il risultato solo delle azioni fisiche, ma anche di quelle mentali: i nostri pensieri e le nostre parole. *Tutto è energia*! Noi decidiamo come vogliamo usarla! Quando uno spirito si sente pronto, e *solo* allora, di fare nuovamente l'esperienza di una vita fisica, deve seguire una sequenza naturale di passi per il suo ingresso sulla Terra.

Il Concilio Eterico

Per aiutare un'anima a prepararsi per il suo prossimo passaggio, nella dimensione spirituale c'è un gruppo di esseri altamente evoluti che formano ciò che è conosciuto come il Concilio Eterico. Questi esseri hanno completato le incarnazioni terrene e dispensano consigli per aiutare gli altri spiriti a sviluppare il loro "progetto vitale", gli obiettivi spirituali che un'anima vuole portare a termine nella vita imminente. Questo piano traccia a grandi linee l'incarnazione come una specie di programma di opportunità necessarie per l'evoluzione, mentre i dettagli specifici del progetto sono a discrezione dello spirito: è qui che interviene il libero arbitrio.

Ogni anima è unica e il sapere e la saggezza di ogni vita sono incorporati nella sua memoria, così potrebbe scegliere una vocazione che le sia familiare nella prossima esistenza. Per esempio, so di aver trascorso molte vite perfezionando la sensibilità, l'attitudine e l'acume circa la mia comunicazione spirituale. Durante alcune regressioni, mi sono visto impegnato vita dopo vita nella sfera del-

la religione e della mistica: sono stato un monaco cattolico, un prete ortodosso russo, un lama tibetano, un monaco buddhista, un gitano, un erudito in metafisica, e un veggente medievale, perciò non è così strano che io sia un medium in questa esistenza. Capita la stessa cosa per molti di noi: ciò che stiamo facendo in questo momento è probabilmente qualcosa che in un modo o nell'altro abbiamo fatto in passato.

Quando nasciamo, tutto ciò che ci serve per realizzare il piano della nostra anima è impresso nel nostro corpo eterico, in altri termini, tutte le risposte a tutti i nostri problemi sono dentro di noi e ogni prova o sofferenza è semplicemente un test per vedere se riusciamo a scoprire la soluzione spirituale. All'anima sono offerte molte possibilità per evolvere ed espandersi superando le avversità. La crescita non è mai facile e può realizzarsi solo se sperimentiamo tutti gli aspetti di una situazione e la comprendiamo pienamente.

Quando lo spirito guarda le circostanze materiali della sua prossima vita, capisce che alcune di esse non saranno facili, ma necessarie per la sua evoluzione e può comprendere come simili avversità possano aiutare il suo progresso complessivo, o come tali esperienze faranno brillare un'altra sfaccettatura del suo centro di luce diamantina. Ecco perché vivere sulla Terra è come essere in un'aula di scuola: siamo qui per imparare e quando abbiamo terminato ritorniamo a casa.

L'anima decide quanto velocemente o lentamente vuole avanzare: alcuni spiriti resteranno dall'altra parte fino a quando si sentiranno assolutamente pronti per ritornare sulla Terra e affrontare un lavoro difficile nel loro viaggio; altri potrebbero essere molto entusiasti di gettarsi in un simile impegno perché sanno che accelererà la loro evolu-

zione spirituale; altri ancora potrebbero ritenere di riuscire a ottenere più risultati in un periodo particolare nel tempo terreno. Il Concilio Eterico aiuta a pianificare tutti gli aspetti della vita imminente dello spirito e si accerta che le decisioni non siano dettate da desideri emotivi ma da necessità spirituali.

Durante il processo in cui si prendono le decisioni, l'anima potrebbe consultarsi con altri spiriti che hanno fatto parte delle sue esperienze terrene passate, o che hanno legami karmici con lei. Questi vincoli karmici possono essere positivi o negativi a seconda di ciò che vuole sperimentare. Come ho descritto nel sesto capitolo, ci sono famiglie di anime composte da individui con menti simili. Nel caso di un gruppo di anime, gli spiriti potrebbero decidere di ritornare ed estinguere gli obblighi karmici reciproci. Inoltre, ci sono sempre gruppi di anime che si ripresentano sulla Terra durante una certa epoca storica per portare a termine legami karmici a livello planetario; questi spiriti ritornano per proporre un certo sapere dal passato e, a seconda del loro livello di coscienza spirituale, possono creare sia crescita sia involuzione per la popolazione mondiale.

Karma

Conosciamo tutti il proverbio: "Quel che è fatto è reso". Questo è un altro modo di enunciare la legge universale conosciuta come karma. La parola "karma" è di origine sanscrita e alla lettera significa "azione". In questa legge di azione è costruito il ciclo naturale di causa ed effetto, o più semplicemente significa che noi abbiamo attraversato le vite piantando semi o gettando sassi, e raccoglie-

remo i frutti di quanto abbiamo creato, buono o cattivo che sia.

Dato che nell'universo pluridimensionale non esiste il tempo, il ciclo di causa ed effetto potrebbe estendersi lungo le vite. Il tempo trascorso sulla Terra è una pura illusione perché è una limitazione del corpo fisico e del mondo fisico.

In verità, una vita è un periodo brevissimo nel grande disegno dell'esistenza.

Quindi è possibile che il risultato delle nostre azioni oggi non abbia necessariamente luogo nella stessa vita o persino in una sola vita: dipende dall'intenzione, dal potere e dalla serietà delle azioni. Tutte le azioni impresse nella membrana dell'anima vi resteranno fino a quando non saranno estinte e sarà ristabilito un giusto equilibrio.

Molte persone ritengono a torto che il karma sia negativo. Pensate a esso come all'estinzione di un debito o al bilanciamento di un'azione. Per l'anima il karma è un'opportunità per progredire e una volta che essa impara che le sue azioni hanno conseguenze, non avrà più bisogno di creare un karma difficile in futuro. Quindi, quando ritorna sulla Terra, avrà un progetto vitale, lezioni karmiche racchiuse nella sua memoria spirituale, e avrà scelto un corpo, genitori e parenti, relazioni, ora e luogo di nascita, posizione sociale, momento e cause della morte, per nominare solo il minimo indispensabile. Tutte queste cose riflettono il tipo di lavoro spirituale che vuole portare a termine.

Il processo di rinascita

Sebbene abbia ricevuto una comunicazione esauriente circa il lasciare il corpo fisico da parte dello spirito, ho sentito molto poco sull'effettivo processo di ingresso in una nuova dimora. Spesso gli spiriti mi comunicano che si stanno preparando a ritornare sulla Terra, ma sono approssimativi se si chiede di descrivere i mezzi. Forse non sono completamente consapevoli del processo complicato, o le fasi e gli eventi che hanno luogo con l'ingresso nel mondo fisico sono impossibili da comunicare in qualsiasi linguaggio. Ho avuto alcune intuizioni spirituali circa il processo di rinascita, e ho letto molti libri su questo fenomeno, che descrivo qui per voi. Le mie informazioni si basano innanzitutto su esperienze di chiaroveggenza, e su scuole di pensiero teosofiche e orientali.

La parola *incarnazione* significa discesa nella carne. Quando lo spirito sente il desiderio di ritornare nel mondo fisico, riattiva una parte specifica del proprio essere, conosciuta nei circoli teosofici come l'*atomo fisico permanente* o l'*atomo-seme fisico*, che è un campo di energia che si trova nel centro del chakra del cuore. In esso c'è un quadro karmico globale e completo delle esperienze terrene di un'anima. Nel momento in cui una persona sta per passare attraverso un'esperienza karmica, questo quadro karmico viene rilasciato sottoforma di energia che fluisce lungo i meridiani del corpo.

L'atomo-seme è connesso con ciò che è conosciuto come *funicella vitale*, l'ultimo trefolo della corda d'argento. La funicella vitale è responsabile di rifornire l'atomo-seme di tutte le informazioni circa un essere particolare. Da dove provengono le informazioni? Le informazioni karmiche si trovano in ciò che è noto come la *mente dell'ani-*

ma o *monade*, che è l'energia eterica dell'intera unità. Mi state seguendo? La monade è un'espressione microcosmica dell'universo perfetto che ogni persona possiede in modo innato, è la nostra espressione simile a Dio. Io la chiamo la "scintilla divina" o l'energia della Forza di Dio.

Dopo che questo atomo-seme è attivato attraverso la legge dell'affinità (il simile attrae il simile), l'anima inizia a creare intorno a sé una sorta di campo energetico di materia mentale e astrale, il quale, a sua volta, forma il corpo mentale, e così facendo inizia a limitare i processi di pensiero in modo da entrare nella nostra mente terrena. Il corpo mentale è modellato su ciò che è visto e capito nella monade dell'individuo. È importante ricordare che tutti i livelli di esistenza sono connessi e s'intrecciano tra loro, e numerosi sviluppi accadono simultaneamente a seconda del particolare livello di coscienza.

Si crede che quando l'atomo-seme si unisce a uno zigote o embrione al momento del concepimento e inizia il processo della nascita, lo zigote e l'atomo-seme emettono insieme una vibrazione sonora che attrae energia a livello eterico. Allo stesso tempo lo spirito, che è ancora nel mondo astrale, inizia a imprimere le sue vibrazioni sui flussi di materia che entrano nelle forme eteriche, mentali e fisiche e lo fa attraverso un fulmine di luce bianca che scorre tra il cuore del feto e l'atomo-seme del suo nuovo corpo mentale e astrale. Al momento della fecondazione, questo fulmine di luce discende dalle sommità dell'anima nello sperma, inondandolo di energie che metteranno in moto il processo della nascita.*

Intanto lo spirito è disceso nelle sfere inferiori del li-

* James S. Perkins, *Through Death to Rebirth*. [N.d.A.]

vello astrale e comincia ad attrarre la sostanza eterica per formare il suo corpo eterico. Durante questo periodo di gestazione i chakra, o vortici eterici di energia, iniziano a formarsi come cellule che crescono una alla volta, e varie entità e forze spirituali aiutano a creare, a elaborare e a proteggere questo essere bambino. Nell'induismo queste gerarchie spirituali sono chiamate *deva*, o elementali; nella cristianità sono le schiere angeliche. L'anima resta nel mondo astrale mentre il suo involucro fisico è in via di formazione, e quando la copia eterica è completamente formata, comincerà a rallentare la sua vibrazione coscienziale e a discendere nella regione conosciuta come il *fiume dell'oblio* di cui i greci parlano come del legame tra il mondo visibile e quello invisibile. Immerso in questa dimensione eterica, uno spirito dimentica la sua connessione con il divino e tutte le esistenze precedenti.

Spesso le persone mi domandano perché accade che dimentichiamo chi siamo e da dove veniamo. La mia risposta è che succede per grazia di Dio. In primo luogo, non sapendo sentiamo meno la nostalgia per la nostra esistenza in Paradiso, e in secondo luogo, se conoscessimo tutti gli errori e i fallimenti passati, potremmo esserne ossessionati a un punto tale da non riuscire a evolvere e a portare a termine il nostro lavoro presente. Dimenticando i regni spirituali, iniziamo, per così dire, come una tabula rasa, anche se queste informazioni karmiche restano una parte dell'atomo-seme e possono essere svelate via via che la persona diventa più consapevole di sé. Nulla è perso, ma solo dimenticato, e ognuno di noi ha molte opportunità per ricordare il proprio sé autentico. Durante i mesi che seguono la fecondazione, hanno luogo le varie fasi dello sviluppo fisico: vengono attivati i tessuti, le fibre nervose, i muscoli, e quando i muscoli del feto iniziano a

muoversi, fenomeno noto anche come *movimenti fetali*, la madre inizia a caricarsi di sensibilità psicologica verso la nuova vita che cresce dentro di lei. Nei regni psichici, i *deva* e gli elementali continuano il loro lavoro di costruzione e completamento della forma fisica. È in questa fase dei movimenti fetali che lo spirito riconosce il suo nuovo veicolo, perché si sente "attirato" verso il corpo appena formato, inoltre, la monade o mente dell'anima che contiene tutte le informazioni karmiche proietta se stessa nell'atmosfera dell'embrione, lo spirito percepisce quella particolare corrente di energia e immediatamente acquisisce consapevolezza di sé come parte di questo nuovo essere. Parecchi mesi prima della nascita, l'anima aleggerà intorno al suo nuovo involucro, entrando e uscendo da esso, come per misurarlo; questo è il modo in cui familiarizza con il nuovo ambiente. Inoltre ha l'opportunità di riconoscere qualsiasi problema fisico o difetto con cui potrebbe dover convivere. Verso gli ultimi due mesi della gravidanza, il legame magnetico dello spirito con il suo nuovo corpo diventa più forte e trascorrerà più tempo nella sua nuova casa.

Il momento della nascita è molto importante per una nuova anima. Una combinazione di forze si uniscono in un sincronismo totale: le energie planetarie, psichiche, fisiche e spirituali interagiscono all'unisono una con l'altra. Ecco perché il momento e il luogo di nascita sono della massima importanza, dato che una tale disposizione astrologica contribuirà a determinare la razza, la famiglia e la condizione sociale sulla Terra. C'è un tempo e un luogo per tutto. Proprio come le onde colpiscono la riva, la nascita, come la morte, accade nel suo momento perfetto e naturale, persino per coloro che etichettiamo "prematuri". Nell'istante esatto, lo spirito si adatta completamente

al nuovo corpo, scende attraverso il canale di nascita, emerge in un nuovo mondo, ed è pronto per una vita piena di infinite opportunità spirituali.

Aborto

Qualche volta nelle mie letture l'anima racconta delle condizioni fisiche della madre e dell'importanza di salvaguardare la salute non solo a livello fisico, ma anche a quelli emozionale, psichico, mentale e spirituale. Uno spirito in arrivo è psichicamente legato a sua madre e assorbe tutto ciò che sta intorno o dentro l'aura della madre. Una volta innescato il processo vitale, la natura si fa carico e adempie a ciò che sa di dover fare. Se una madre non vuole il bambino, questi sentimenti sono registrati nell'aura e vengono percepiti dal bimbo, inoltre uno choc psicologico potrebbe in molti casi incidere sul feto in formazione, per esempio provocando difetti congeniti. Nel caso di aborto tra il quarto e il quinto mese di gravidanza, credo che questo sia il modo della natura per porre fine a un'imperfezione o a un difetto di qualche sorta, non solo del corpo fisico, ma di natura eterica o mentale.

Ciò mi conduce all'argomento controverso e doloroso dell'aborto. Ogni volta che ne parlo le persone si avvicinano a me per comunicarmi la loro tristezza in proposito, il senso di perdita e di colpa lacerante. In una gravidanza sana le forze vengono messe in movimento e continueranno a costruire un involucro fisico fino alla nascita o al termine. Quando si verifica un aborto, lo spirito non ha ancora completamente vestito il corpo e ritorna nel mondo di Dio, dove aspetterà un'altra occasione appropriata

per rivelarsi. Ricordatevi che un nuovo essere è spiritualmente legato alla madre ed è del tutto cosciente che un aborto potrebbe accadere.

Nella maggior parte delle mie letture riguardo questo argomento, sembra che gli aborti avvengano per la crescita spirituale della madre. Prima di incarnarsi, lo spirito pianificherà una situazione simile per lavorare attraverso lezioni di autostima, colpa, fallimento e amore del sé. Una donna che abortisce non necessariamente subirà un effetto karmico in un'incarnazione futura, ma si spera che imparerà e crescerà nell'autostima, arrivando all'illuminazione proprio attraverso una simile esperienza emotivamente difficile.

Vivere nel mondo fisico

Mentre i ricordi di un mondo celeste colmo di gioia e di luce lentamente svaniscono e sono sostituiti da una sensazione di pesantezza e di freddo, l'anima appena arrivata si sente piuttosto confusa quando ancora una volta entra nel mondo fisico, perché è stata separata da una dimensione in cui regnano l'ordine e la comunione, e al suo posto trova l'insicurezza e la solitudine. Lo spirito non aleggia più in un mondo di colori, di luci, di sensazioni e di meraviglia, né viaggia più alla velocità del pensiero, né qualcuno legge nella sua mente; ma è di nuovo prigioniero di un mondo dove l'energia è densa, i colori spenti e grigiastri, e l'unica luce che vede è emanata da un sole.

Sebbene lo spirito sia molto "vecchio" quando si reincarna, sotto un certo punto di vista è completamente nuovo: di sicuro si porta dietro un bagaglio di lezioni karmiche, ma il corpo mentale, quello emozionale e quello fisi-

co con i quali le sperimenta sono appena formati. Per soddisfare i suoi bisogni fisici in parte dovrà fare affidamento sui suoi istinti inferiori, ma cosa dire della sfera emozionale e di quella mentale? Come si svilupperanno e come saranno alimentate? Equipaggiato del suo progetto spirituale di vita, uno spirito deve partecipare al mondo della carne per compiere il suo destino; deve imparare ad amare, a essere ferito e a crescere, e il resto della sua vita sulla Terra deve essere modellato dalle relazioni, dalla religione e dalla società in cui vive. L'esistenza ha compiuto un giro completo, e il viaggio dell'anima prosegue nel tempo un'altra volta.

Parte Seconda

LO SPIRITO PARLA

Mentre l'anima percorre la strada verso la perfezione su questo piano fisico, incontra cime e valli che ne mettono alla prova la forza. Nel mondo fisico non è sempre facile essere padroni di se stessi: molte volte vorremmo evitare il dolore piuttosto che affrontarlo, ma se solo riuscissimo a tenere a mente che ciò che ci attende alla fine del viaggio vale per tutti i momenti strazianti e difficili che dobbiamo vivere, avanzeremmo volentieri con decisione. Dobbiamo renderci conto che non siamo mai soli; ci sono sempre persone care e guide illuminate pronte a indirizzarci con sostegno e forza.

Sebbene esistano miriadi di prove che l'anima deve superare su questa Terra, le lezioni del cuore sono probabilmente le più impegnative, perché toccano il centro del nostro essere con la dolcezza dell'amore e l'amarezza del dolore. Esponiamo le nostre parti più intime agli altri sperando che ci accettino e ci amino, e se non lo fanno ci chiudiamo solo un po', e ogni volta che siamo respinti solo un po' di più, poi cominciamo a manipolare gli altri nel

tentativo di essere riconosciuti e trattati come desideriamo. La paura ci trattiene dal passare queste prove emotive del sé e rimaniamo bloccati nelle illusioni della realtà fino a quando non assumiamo il controllo e dominiamo la sfera emotiva del nostro essere.

Da questa parte del velo io sono stato portavoce di molti che vengono da me con il cuore pesante: stanno cercando di contattare i loro cari ancora una volta e sedare le loro emozioni agitate. Molti capiscono che devono occuparsi di questi sentimenti irrisolti per far evolvere la loro crescita fisica, mentale, emozionale e spirituale. Questo vale anche per coloro che stanno dall'altra parte.

A questo punto del viaggio mi piacerebbe condividere con voi le numerose sedute che, sento, rappresentano alcune delle prove e delle tribolazioni emotive più comuni di cui dobbiamo fare esperienza. Spero che, esaminandole, aprirete la mente e il cuore per guarire situazioni emotive simili presenti nella vostra vita; forse potrete trarre beneficio leggendo gli errori e le sventure degli altri, evitando la necessità di fare esperienza degli stessi tranelli. Come minimo, mi auguro che scopriate un nuovo modo per capire voi stessi e gli altri.

Per rispetto della privacy, ho cambiato i nomi delle persone coinvolte, ma ho lasciato inalterata la descrizione delle introspezioni e dei messaggi rivelati.

8

Aspettative

Ogni persona è unica. Non paragonatevi a nessun altro se non volete rovinare il curriculum che Dio vi ha dato.

BAAL SHEM TOV

Se non siete fedeli alla vostra voce interiore o alla sorgente divina insita nel vostro cuore, non potete essere felici. Quante volte abbiamo detto o fatto qualcosa in modo non del tutto sincero, solo per piacere o per sentire un'affinità con un'altra persona, e poi rammaricarcene per tutta la vita? Questo è solo un esempio minore di "ricerca dell'approvazione", ma quanti errori molto più gravi abbiamo commesso per timore di essere respinti? Molti sacrificano i propri sogni per realizzare i desideri di qualcun altro.

Quasi lo feci anch'io. Il sogno di mia madre era quello di avere un figlio religioso, che prendesse i voti diventando prete. Decisi di realizzare quel desiderio ed essere il sacerdote che mia madre aveva sempre voluto. Perché? Perché pensavo che ciò l'avrebbe resa orgogliosa di me e quindi lei mi avrebbe amato quanto più possibile. Tuttavia, dopo un anno abbandonai il seminario, comprendendo che mancavo della vocazione spirituale per entrare nel sacerdozio. Era il desiderio di mia madre, non il mio. Allo-

ra non capivo che l'amore di mia madre era sempre presente e lo sarebbe sempre stato.

Quando siamo bambini è naturale che ci sforziamo di ottenere l'amore dei nostri genitori e che loro ci vogliano modellare in ciò che si aspettano che siamo, ma per chi ha alle spalle famiglie severe e poco amorevoli, la sindrome di disapprovazione parentale potrebbe non finire mai. Durante la crescita i figli introiettano nel subconscio i desideri dei genitori che diventano parte della loro programmazione. Da adulti è possibile che la loro autostima sia basata sullo sforzo di piacere agli altri, proprio come una volta cercavano di piacere ai genitori per ottenerne l'amore. Alla fine persone di questo tipo non vivono mai veramente per loro stesse.

Una delle situazioni più tragiche, e fin troppo comuni, in cui mi imbatto nel mio lavoro è quella di spiriti che si manifestano con il rimorso per una vita insoddisfacente. Per fortuna, facendo il loro ingresso nella vita superiore, reagiscono velocemente all'amore incondizionato offerto dalle entità spirituali amorevoli che sono presenti. Allora questi spiriti cominciano a trasformare i rimpianti in consapevolezza, imparano a vedersi meritevoli, apprezzano gli innumerevoli compiti che hanno portato a termine e tutto l'amore che hanno dato agli altri quando erano sulla Terra. Come sarebbe stato meglio se avessero potuto esprimere la loro vera natura in vita, prima che fosse troppo tardi! Ognuno di noi è stato mandato qui per scoprire il proprio cammino personale, e non saremo mai felici se viviamo l'idea che qualcun altro ha della vita e non la nostra.

È vergognoso che così tanti abbiano aspettative su come le cose dovrebbero o non dovrebbero essere o su come noi dovremmo o non dovremmo essere. Seguono al-

cuni esempi di aspettative non realistiche o irrealizzate, e mi rendo conto che molti di questi casi sono assai tristi perché, nella maggior parte, il potenziale dell'individuo non è mai realizzato, e c'è un grande rimpianto per una vita non vissuta pienamente.

Il sogno di un padre

Due ragazze, Adrienne e Paula, vennero a farmi visita. Posso solo descriverle come due attraenti giovani donne californiane, con lunghe trecce bionde. Guardandole, non si sarebbe mai sospettato che per loro qualcosa potesse andare male; tuttavia c'era qualcosa di profondamente angosciante celato dietro i loro brillanti occhi blu. Dopo essere stato seduto con loro per una mezz'ora, mi ritrovai a dire:

"Percepisco improvvisamente un'incredibile sensazione di freddo intorno a me. Mi pizzica. Una di voi due l'avverte?"

Entrambe scossero la testa negando, così continuai: "Ho una terribile sensazione di tristezza. Sento come se qualcuno stesse piangendo".

L'espressione delle ragazze mutò improvvisamente.

"Ho qui un uomo che sembra essere molto sconvolto. Non conosco la ragione... continua a mostrarmi una macchina, sembra un'Impala. Non me ne intendo molto di automobili, ma questo è ciò che mi viene in mente."

Una ragazza disse lentamente: "Sì". L'altra iniziò a singhiozzare.

"Quest'uomo mi sta dicendo del garage, di essere nel garage."

Ora entrambe le ragazze piangevano.

"Conoscete qualcuno che si chiama Carl?"

"Sì, è il nome di nostro padre. Sta bene? Per favore, diccelo."

La sensazione di tristezza peggiorò. "Sono io, mi sta dicendo. Sta dicendo Carl con l'auto."

"Sì, collezionava vecchie automobili. Lo hanno trovato nella sua vecchia Impala. Oh, mio Dio! È lui?"

"Sì, è vostro padre, con qualcuno che si chiama Frank. Era molto felice di vedere Frank. Frank è là da moltissimo tempo. Vostro padre mi sta dicendo che questo Frank gli mancava. Dio, è qualcuno che è lassù da molti, molti anni."

Le ragazze scossero la testa, e quella alla mia destra disse:

"Frank era suo fratello, morì quando erano bambini. Ciò accadde più di cinquant'anni fa".

"Mi dispiace dirvelo: vostro padre è una persona molto triste. Ho la sensazione che lavorava troppo... faceva qualcosa con le casse. Ricevo una sensazione di scatoloni e nastro, di imballaggi."

"Possedeva una compagnia di spedizioni marittime."

"Continua a ripetermi che è dispiaciuto", proseguii. "Lavorava così duramente e smetteva tardi. Continua a dire che è dispiaciuto."

"Sì, è vero. A volte lavorava per giorni di seguito e non rientrava neppure a casa."

"Vostro padre è turbato per una certa Jenny o Janie?" chiesi.

"Ginny, nostra madre", fu la risposta. "Lei è rimasta molto sconvolta."

"Vostro padre certamente non si prendeva cura di se stesso. Sembra che fosse un uomo molto duro verso di sé, sempre deciso a riuscire. Mi sta dicendo che voleva essere il miglior padre possibile. Chi di voi è Adrienne?" chiesi.

"Sono io", rispose la ragazza alla mia sinistra.

"Adrienne, tuo padre è dispiaciuto di non essere riuscito a presenziare al tuo matrimonio... di non averti accompagnato all'altare."

"Mi sono sposata due settimane dopo la sua morte. Papà, ti amiamo!" gridò Adrienne.

A quel punto eravamo tutti molto emozionati, anch'io stentavo a trattenere le lacrime. "Sta dicendo qualcosa a proposito di una noce o una nocciolina. Sta parlando di avere una nocciolina. Non ho idea di cosa significhi."

"Nocciolina era il suo cane. Fu investito da un'auto e morì. Mio padre ne fu distrutto."

"Questo cane era marrone e bianco?"

"Sì, sì. Era il più piccolo di una figliata e papà si era sempre sentito in pena per lui. Era solito prendere Nocciolina sotto il braccio e portarlo in giro."

"Vostro padre continua a ripetere di non essere stato giusto con se stesso. Dice che avrebbe potuto rallentare, ma pensava che la sua famiglia si aspettasse questo da lui, pensava che in quanto genitore dovesse darsi da fare duramente e guadagnare i soldi per la famiglia. Non voleva che vostra madre o voi ragazze doveste lavorare mai."

Paula sbottò: "Non voleva fermarsi. Gli dicevamo di continuo: 'Papà, per favore, smettila di lavorare così tanto'. Non voleva fermarsi. Mamma lo chiamava cocciuto".

"Poi la sua compagnia fallì", aggiunse Adrienne. "Non penso che fosse in grado di gestire quella situazione. Cadde in depressione per molto tempo, si chiuse in se stesso e diventò taciturno. Noi non capivamo cosa non andasse bene."

"Lui continua ad asserire di aver fatto fallire tutti", intervenni, percependo la disperazione del padre. "Vostro padre non si amava. Mi racconta di come fosse troppo cri-

tico. Vorrebbe non essere stato così duro con se stesso e aver potuto apprezzare maggiormente la vita. Vuole che sappiate che sta iniziando a imparare ad amarsi."

"Bene!" esclamò Paula. "Ti amiamo, papà."

"Ha trascorso così tanto tempo a occuparsi degli altri che non ne ha dedicato a se stesso", soggiunsi. "Vostro padre mi sta mostrando una scatola per guanti... in un'automobile. È un cassetto del cruscotto. Vedo una mano che vi si introduce. Capite? Questa è l'impressione che mi sta dando."

"Sì", dissero le ragazze.

"Era dove si trovava la pistola", continuò Paula. "La pistola che usò in auto."

Tutto a un tratto sentii la fredda canna di una rivoltella in bocca. Percepii che il grilletto era stato premuto e la sensazione di un'esplosione dentro la mia testa. Ne fui stordito e dovetti rimanere immobile per parecchi minuti prima di riuscire a riprendere la lettura.

"Vostro padre vuole che vi dica che sta bene ora. È molto vivo ed è con Mums. Capite?"

"Mums è sua madre. È morta un po' di tempo fa. Sono contenta che sia con lui", commentò Paula.

"Vostro padre dice che gli prepara torte di mele."

"Era la sua specialità: ogni volta che eravamo malate, o se avevamo bisogno di essere tirate su di morale, lei ci preparava sempre una torta di mele. Questo gesto ci faceva sentire un po' meglio", confermò Paula.

Nell'istante in cui le ragazze dissero ciò, ebbi l'impressione di due piatti con due confortanti fette di torta di mele che veniva loro offerta.

Parecchi mesi dopo, Adrienne mi chiamò per raccontarmi un sogno che aveva fatto su suo padre: era con lui e Nocciolina in un parco. Il padre le mostrava una casa bel-

lissima che aveva costruito con marmo bianco: aveva soffitti altissimi, stanze deliziose e spaziose; poi le diceva che la casa rappresentava l'amore che aveva trovato dentro di sé. Ora si trattava come un re. Perché no? Se lo meritava!

La mia principessa

Quando incontrai Anthony, mi sentii come un nano davanti a un gigante. Mi guardava dall'alto dei suoi due metri con occhi marroni scuri, investigatori; i baffetti gli conferivano un'apparenza quasi sinistra. Tuttavia sembrava incerto del motivo per cui fosse lì, e continuava a battere nervosamente il piede sul pavimento. Mentre cercavo di metterlo a suo agio spiegandogli come lavoravo, si limitò ad annuire con la testa e a borbottare: "Ah, ah".

Quei primi quindici minuti furono angosciosi. Percepii che era preoccupato per la sua salute e che aveva un potenziale problema di lavoro. Confermò le mie intuizioni con un altro "Ah, ah" molto tiepido. Cominciai a temere che quest'uomo fosse così emotivamente assente che sarebbe stato difficile sintonizzarmi nel mondo spirituale per lui.

Alla fine, iniziai a ricevere alcune impressioni spirituali.

"Conosci qualcuno di nome Joseph?" gli chiesi. "Ha qualcosa a che fare con Philadelphia."

Borbottò: "No. Cioè, sì".

Gli dissi che quest'uomo stava parlando di suo padre, al che il silenzioso Anthony ammise che Joseph era il padre di suo padre. Il nonno si manifestò con dettagli davvero incredibili, come il nome del parco in cui Anthony giocava da bambino, il nome delle sue due sorelle, e le circostanze della sua morte, ma il gigante di fronte a me sembrava so-

lo un po' commosso, e di sicuro per niente entusiasta, fino a quando non pronunciai un nome particolare.

"Tuo nonno sta parlando di qualcuno che si chiama Donna. Ti dice qualcosa questo nome?"

"Sì, sì", rispose inarcando le sopracciglia.

"Joseph vuole che ti dica che ha Donna... ha Donna qui per te. Donna vuole parlarti. Capisci?"

Improvvisamente Anthony iniziò a singhiozzare in modo irrefrenabile. Questo uomo serio e controllato che solo pochi minuti prima non riusciva a pronunciare una frase ora stava piangendo come un bambino. Mi assicurai che fosse a suo agio, ma allo stesso tempo dovevo mantenere la concentrazione per rimanere recettivo alle vibrazioni spirituali.

"Ora sento una voce femminile... è una specie di cantilena. Sta chiamando a voce alta 'Ton'. Credo sia l'abbreviativo per Tony."

"Mi chiamava sempre così", mormorò Anthony. "Come sta? Bambina mia, bambina mia! Per favore dille che mi dispiace. Per favore, diglielo."

"È viva e vegeta, dice. È una donna bellissima. Vedo questa signora con una figura ben modellata e lunghi capelli castani... potrebbe essere un'indossatrice."

Anthony annuì.

"Mi dice che tu sarai sempre il capo. Mi mostra un armadio pieno di vestiti e ora mi fa vedere centinaia di scarpe. È incredibile! Così tanti abiti, giacche, scarpe e ogni genere di roba. Mi dice che tu le hai comprato tutti questi vestiti. È vero?"

"Sì, sì, vero. Le compravo tutto, tutto! Era la mia principessa, e la vestivo come se lo fosse", insistette.

"Mi sta anche mostrando diamanti, rubini, orecchini, braccialetti, e gioielli di ogni tipo."

"Le davo tutto. Non c'era cosa al mondo che non le dessi. Volevo che fosse la donna più bella al mondo!"

"Donna mi dice che la volevi perfetta. Ora parla di Las Vegas, di lavorare a Las Vegas o essere a Las Vegas."

Ormai Anthony era completamente preso da ciò che sentiva.

"Sì", confermò. "Ci conoscemmo a Las Vegas, ero là con alcuni amici. È vero."

"Mi sta dicendo qualcosa circa un prezzo, o una scommessa."

"Gesù!" gridò Anthony. "Come diavolo fai a saperlo?" Si strofinò gli occhi con la mano e lentamente iniziò a parlare come se svelasse un segreto profondo, oscuro. "Io... io l'ho vinta."

"Scusa?"

"L'ho vinta in una scommessa con alcuni tipi, ma non è come sembra. Mi sono innamorato di lei. Ci amavamo", spiegò timidamente.

Ho sentito molte cose durante la mia carriera come medium, ma questa era nuova.

"Non è come sembra", continuò Anthony. "All'inizio pensavo... sai... che fosse solo un'adescatrice, invece era una brava persona. La amavo, veramente, e lei amava me. Era una cosa speciale. Ci sposammo, ma..." La sua voce iniziò a spezzarsi. "Non l'ho trattata bene. Ero un bastardo buono a nulla!" Scuoteva la testa mentre le lacrime gli rigavano il volto.

Gli porsi una scatola di fazzolettini e cercai di consolarlo, chiedendogli se desiderava sospendere la seduta, ma lui voleva raggiungere la sua "pupa".

"Sa che cercavo di contattarla? Diglielo, per favore, dille che sono dispiaciuto per l'operazione. Per favore, per favore fallo!"

Gli spiegai che poteva inviare da solo questi pensieri, perché lei sarebbe stata in grado di sentirlo.

Proprio in quel momento intervenne Donna. "Vuole che ti chieda dei gemelli da polso... Mi mostra i gemelli da polso d'oro con un'ancora incisa."

"Sì, me li regalò per il nostro anniversario."

"Mi sta dicendo che non li indossi mai."

"Oddio, li stavo proprio guardando ieri. Stento a crederci! È così reale."

"Donna mi dice che sta trovando la felicità. Vuole che tu sappia che non è stata solo colpa tua, ma anche sua. Mi dice che avrebbe dovuto avere più buon senso, avrebbe dovuto sapere di essere bella, ma non pensava di esserlo."

Anthony alzò lo sguardo verso di me, aveva gli occhi rossi, mormorò: "Cercavo di farla diventare come *io* volevo che fosse. Ero un pazzo. Ora ho perso tutto".

Guardai il pavimento, poi udii Donna un'altra volta. "Donna parla di andare a Parigi e Beverly Hills. Mi mostra uno specchio. Non ho idea di cosa significhi, ma mi mostra uno specchio."

"È proprio così. L'ho fatta andare là in aereo per farla operare", rispose Anthony.

Spinto soprattutto dalla curiosità chiesi: "Che genere di operazione?"

"Per il corpo e il viso. Conoscevo alcuni chirurghi che avrebbero potuto farla apparire più bella, sai, cambiarla, renderla come volevo. Così ha subito alcuni trattamenti."

"Quanti?"

"Non so... venti, forse. So che avrei dovuto fermarla, ma voleva piacermi, essere come la desideravo. È colpa mia se è morta. Per favore, dille che mi dispiace."

Rimasi sconcertato: non volevo giudicare quanto avevo sentito. Mentre continuavo, la mia speranza era che in

qualche modo questa situazione potesse essere guarita.

"Sa che sei dispiaciuto", dissi. "Parla di Cliff. Clifford. Non vuole che tu intenti una causa contro di lui."

"Andrò in tribunale questa settimana. Donna si era affidata a lui per una riduzione del seno e lui ha esagerato con l'anestesia. L'ha uccisa!"

"Non dare la colpa a questo uomo", gli consigliai. "Donna dice che è stato il suo cuore. Il suo cuore aveva qualcosa che non andava, e ha avuto una reazione di qualche tipo all'anestesia."

E Anthony: "Clifford era l'anestesista. Le somministrò i medicinali sbagliati, ma so che è stata veramente colpa mia. Insistevo che si sottoponesse all'intervento e lei lo fece per me. Potrà mai perdonarmi?"

"Sa che ti dispiace e ti perdona", insistetti. "Mi dice che finalmente pensa di essere carina, e che finalmente capisce che la sua bellezza non è esteriore. Mentre era con te ha fatto l'errore di non vedere la sua bellezza interiore. Mi dice che non aveva un minimo di buon senso. Vuole che tu pensi a Rosarita, in Messico... sta mostrando una specie di bar. Siete entrambi seduti a un tavolino e siete felici."

Lui mi guardò stupito. "Quello era il posto in cui eravamo soliti andare per fuggire. Era un piccolo bar. Dicevamo sempre che da vecchi ne avremmo aperto uno uguale."

Guardai Anthony. "Un giorno avrete un bar, e non vi preoccuperete del vostro aspetto fisico. Godrete semplicemente l'uno dell'altra e dell'atmosfera che avrete creato."

Anthony lasciò il mio studio come un'anima nuova. Come aveva ammesso lui stesso tra le lacrime, aveva provato un immenso dolore a causa delle sue aspettative ridicole sull'aspetto di Donna. Invece di capire che l'amore che condivideva con lei era la vera bellezza che cercava,

tentò di trasformarla in una specie di bambola meravigliosa.

Alla fine, fu sollevato di sapere che l'amore della sua vita esisteva ancora e che avrebbe aspettato il suo arrivo un giorno in cielo.

È INCREDIBILE!

Voglio raccontare un'esperienza meravigliosa che ho vissuto con una famiglia fuori dal comune. Inizialmente l'appuntamento era fissato per due persone, ma si presentarono in cinque. La prima a varcare la porta fu Cleo Monroe, la madre, poi le figlie Jasmine e Caroline, seguite dal marito di Caroline, Walter che, a sua volta, spingeva una sedia a rotelle con un giovane di circa vent'anni, Lenny. Soffriva di distrofia muscolare e riusciva a mala pena a parlare, ma in qualche modo mi diede l'impressione che fosse spiritualmente evoluto. Walter spinse la sedia a rotelle a lato della stanza, e tutti gli altri si accomodarono sul divano e sulle sedie.

Mi piacevano veramente la loro esuberanza e la loro schiettezza. Dopo aver svolto i preliminari, mi rilassai e iniziai a meditare per aprirmi agli spiriti. In questa famiglia riuscivo ad avvertire così tanto amore da sapere che stavo per fare un'esperienza incredibile.

Alla destra di Cleo scorsi un grande spirito di una donna, vestita con un abito a righe verdi e un cappello bianco, accompagnata dallo spirito di un uomo, circa cinque centimetri più basso di lei, che indossava un completo blu scuro con un cravattino blu brillante. Mi salutarono con grandi sorrisi, e intuii immediatamente che erano i genitori di Cleo, cosa che lei confermò.

"Tua madre sta usando la parola 'Mama'", dissi.

Tutti annuirono. Parlò Cleo: "Ah-ah, è come noi tutti la

chiamavamo. Come vanno i suoi reumatismi in questi giorni?"

Ridemmo al commento spiccio di Cleo.

"Mama mi dice che ama i graziosi angeli in vetrina e che non dovete ancora lasciar perdere; è troppo presto."

Intervenne Caroline: "Vedi, ma', te l'avevo detto! Avevo la sensazione che non dovevamo ancora vendere".

"Tuo padre dice di non essere sciocchi a lavorare così tanto. Credo si riferisca a tutti voi. Mama sta accennando a quanto ama gli angeli, e mi dice che state aiutando molta gente anche se non lo sapete. Mi parla del negozio, lo ama."

Walter mi interruppe. "È incredibile."

"Perché?" chiesi.

"Be', siamo i proprietari di un negozio che abbiamo comprato con i soldi dell'eredità di Mama, e non va granché bene, così stavamo pensando di venderlo", rispose Walter.

"Che genere di negozio?"

Lui mi guardò dritto in faccia: "Un negozio di angeli. Vendiamo gadget sugli angeli".

Trascorsero pochi istanti, e continuai con un altro messaggio. "Questa Mama è proprio un bel tipo. Mi piace, ha il gusto della vita."

"Sì, ci hai proprio azzeccato. Mama era sempre l'animatrice della festa!"

"Tua madre dice che hai cucinato il *suo* purè ieri sera."

Jasmine si fece sentire per la prima volta. "Sì, mamma lo preparava per noi seguendo la ricetta della nonna. Era buono, proprio come faceva Mama."

Poi sentii Mama ridere nel mio orecchio destro e dire: "Neanche per sogno, hai usato troppo burro!" Lo ripetei e ridemmo tutti di gusto.

"L'uomo qui presente si chiama Eddie? Continua a dire Eddie."

"Sì", rispose Walter, "si chiamava così."

Cleo aggiunse: "Ma noi tutti lo chiamavamo Buddy. Eddie era il suo nome di battesimo".

"Quest'uomo mi dà l'impressione di zoppicare. Aveva problemi alla gamba sinistra?"

Entrambe le ragazze risposero: "Sì!"

Jasmine puntualizzò: "Fu ferito in guerra e aveva una scheggia di granata conficcata nella gamba".

"Ora sta ballando, e vuole che vi dica che non zoppica più."

"Dio sia lodato!" esclamò Cleo.

"Gente, devo dirvi che è meraviglioso lavorare con voi. Siete così aperti e sembra che capiate esattamente in cosa consista il processo di comunicazione spirituale."

"Certo!" intervenne Cleo. "Siamo stati tirati su così. Mama mi ha sempre portata dagli spiritisti sin da quando ero bambina."

"E Mama leggeva sempre le foglie di tè!"

"Non c'è da stupirsi. Ora capisco", commentai.

Lenny era sempre rimasto seduto sulla sua sedia a rotelle, incapace di parlare, ma ciò non gli aveva impedito di gridare di gioia, specialmente quando arrivavano informazioni che capiva. All'improvviso, uno spirito inaspettato si manifestò con una voce che mi fece trasalire.

"Qualcuno conosce Ross?"

Lenny emise un grido penetrante.

"Sì", urlarono all'unisono.

Caroline specificò: "È nostro padre!"

Poi tutti iniziarono a parlare contemporaneamente: "Come stai, papà? Come ti senti ora, papà?" Trovai difficoltà a concentrarmi su ciò che lo spirito doveva dire.

Dovrei sottolineare che, al contrario degli altri spiriti, Papà decise non di mostrare il suo aspetto fisico, ma piuttosto di farmi sentire la sua personalità.

Descrissi alla famiglia ciò che stavo ricevendo. "Quest'uomo è un po' difficile. Ciò che intendo dire è che sembra molto testardo e non vuole essere seccato da qualcuno che gli dica cosa fare. Ha senso per voi?"

"Sì", concordarono tutti all'unisono.

Cleo continuò: "Era un rompicoglioni. Non è vero, Papà?" Ross era il marito di Cleo, ma come il resto della famiglia lei lo chiamava Papà. "Pensava di sapere qualsiasi cosa e che noi eravamo tutti pazzi", aggiunse, ridendo tra sé.

La donna allora iniziò a farmi partecipe dei pensieri di suo marito circa qualunque cosa fosse spirituale.

"Non ha mai creduto in niente di simile. Pensava che, quando si muore, si è sepolti nel fango e si diventa cibo per vermi."

"Tutte le volte che uno di noi parlava del paradiso, Papà affermava che, se mai fosse esistito, probabilmente nessuno di noi lo avrebbe mai potuto vedere perché saremmo andati all'inferno per aver parlato così tanto con i defunti", intervenne Jasmine.

"Era un uomo che osservava la Bibbia", spiegò Caroline. "Credeva solo a ciò che leggeva in quel libro... Suo padre era un predicatore nel Mississippi."

Lenny lanciò un altro grido acuto, come se fosse d'accordo con la sorella.

In quel momento fui fortemente colpito dalle sensazioni di Papà, e cominciai a descriverle: "Vostro padre aveva problemi ai polmoni prima di morire? Perché mi dà l'impressione che non riesca a respirare. Sento che i miei polmoni non riescono a riempirsi d'aria", mormorai mentre mi tenevo il petto.

"Morì di enfisema", rispose Walter.

"Vostro padre mi sta dicendo che ha incontrato qualcuno che si chiama Libby."

"Oh, sì, era sua sorella. Morì circa vent'anni fa", ribatté Cleo.

"Vostro padre dice che ricorda l'ospedale e quanto fosse difficile respirare. Sapeva che stava per morire, e quando lo fece, si risvegliò in un posto meraviglioso, simile a un quartiere, ma diverso da qualsiasi luogo sulla Terra. All'inizio pensava di sognare perché ogni cosa era bellissima. Mi sta mostrando un giardino di fiori, e persone, e mi sta trasmettendo il pensiero che non sapeva dove fosse. Sua sorella Libby andò da lui, e lui non riusciva a crederci, credeva di essere sul punto di vedere Gesù e gli angeli, ma lei continuava a ripetergli che non era così. Dice che ha incontrato persone che non vedeva da anni e che si sentiva molto reale e anche il luogo gli sembrava molto reale. Poi vide sua madre e suo padre, vestiti in modo impeccabile. Adesso sta ridendo. Dice che sua madre ha avuto i capelli bianchi per quasi tutta la vita, ma ora era castana; aveva anche una voglia sul collo che non c'era più. Mi dice che si trova in un posto meraviglioso, in campagna, simile a quello in cui era cresciuto. Tutto è così sereno e in pace... va a pescare tutti i giorni."

"Andavamo sempre a pescare insieme", intervenne Walter.

"Mi dice che gli dispiace di aver creduto che la vita finisca in Terra, come pensava un tempo. Ora sa che è molto naturale che la vita continui dopo che lasciamo il nostro corpo... è dispiaciuto di non avervi dato retta quando gli parlavate della dimensione spirituale della vita. Ora la conosce, e decisamente non è quello che si aspettava."

"Va tutto bene, papà, ti amiamo", mormorò Caroline.

Il resto della famiglia, compreso Lenny, gridò in segno di accordo.

Poi Ross si rivolse a suo figlio Lenny con un messaggio speciale, profondamente toccante. Gli disse: "Sei stato mandato su questa Terra con una malattia debilitante per insegnare a chi ti circonda l'amore incondizionato".

Con ciò, l'intera famiglia esclamò: "Alleluia!"

L'accettazione amorevole racchiusa nel messaggio di Ross e il calore compatto della famiglia Monroe sono preziosi e rari. Come Anthony, ci aspettiamo la perfezione nel mondo esteriore o, come Carl, la pretendiamo da noi stessi. Forse abbiamo imparato questo dai nostri genitori o dai nostri insegnanti, che ci hanno criticato così tanto che noi ci siamo sforzati di essere perfetti a ogni costo per piacere a loro. Il perfezionismo è una maledizione.

Infine, la vita non può essere pienamente gratificante o apprezzata se non diventiamo consapevoli del nostro potere interiore, della nostra connessione con l'energia della Forza di Dio. Per farlo, dobbiamo lasciare andare le aspettative e vivere la vita destinata alla nostra unicità. La pace arriva solo quando siamo coerenti con l'essenza della nostra anima.

9

Colpa

Soffriamo soprattutto non a causa dei nostri vizi o delle nostre debolezze, ma per le nostre illusioni. Non siamo perseguitati dalla realtà, ma da quelle immagini che abbiamo messo al posto della realtà.

DANIEL I. BOORSTIN

Spesso ho sentito dire dalle persone: "Un po' di colpa fa bene all'anima". Non sono d'accordo. Non mi riferisco al rimorso sincero circa un'azione sbagliata per la quale possiamo rimediare, ma intendo il genere di colpa per cui ci si autopunisce, che va a braccetto con i sentimenti di scarsa autostima e di inadeguatezza.

Molte volte ci sentiamo in colpa a causa di una qualche aspettativa autoimposta riguardo a come dovremmo o non dovremmo comportarci, di solito fondata sulla paura. Diciamo o facciamo qualcosa spinti dal timore, perché pensiamo che la verità non possa essere detta, per poi rammaricarci delle bugie e dei gravi sbagli, e ci sentiamo in colpa per aver commesso simili errori. Nel nostro cuore sentiamo di essere colpevoli e di dover essere puniti.

Qualsiasi forma di autocondanna nuoce all'anima. La colpa non solo crea disarmonia nel corpo spirituale e in quello emozionale, ma può anche essere correlata a molti disturbi fisici di cui soffriamo, come vedrete nelle letture seguenti.

Penso di averla uccisa

La seduta che vi riporto avvenne nel 1995, a casa mia. In quel periodo iniziavo a essere conosciuto dal pubblico televisivo grazie a *The Joan River Show* e a *The Other Side*, il programma della NBC. Una donna mi vide in televisione e mi scrisse una lettera pregandomi di riceverla per un consulto. Diceva: "La mia vita è allo sfascio, e non riesco ad andare avanti".

Dana era alta circa un metro e settantaquattro e sovrappeso. Quando entrò avvertii il suo fardello di disperazione e depressione: l'aria era pesante.

Mi diede un incantevole "buongiorno" con un leggero accento del sud, poi mi ringraziò moltissimo per averla ricevuta. "La sua assistente ha telefonato e mi ha detto che era stato cancellato un appuntamento", mi disse. "È un segno del cielo, perché oggi è il compleanno di mio padre!"

Le spiegai che il mondo spirituale lavora in modi strani quando vuole palesarsi e lei sorrise come se sapesse qualcosa che io ignoravo. Ci sedemmo e iniziai la mia preghiera.

Ci volle circa una mezz'ora perché si manifestasse Elsie, lo spirito che potevo dire fosse quello atteso da Dana.

"Ho qui una donna con un bellissimo vestito a fiori, ha una carnagione molto chiara e capelli castani raccolti verso la sommità del capo. Mi sta dicendo che ha una capigliatura folta ora, non rada!"

Sentendo ciò Dana tirò fuori alcuni fazzolettini per asciugarsi le lacrime.

"È mamma. Sta bene?"

"Sì, dice di sì. È andato tutto bene. Mi parla della cicatrice... una cicatrice vicino al labbro. È giusto?"

Dana scosse la testa. "Onestamente non ricordo. Perché dovrebbe dire una cosa simile?"

"Una forma di riconoscimento. Le mie guide insistono sempre che gli spiriti diano informazioni per verificare la loro presenza."

Dana prese la borsetta e iniziò a rovistarvi. Pochi istanti dopo, tirò fuori una fotografia e la guardò.

"Ehi, sì, hai ragione. C'è una piccola cicatrice vicino al labbro inferiore!" Mi mostrò la foto, e infatti c'era la cicatrice.

"Tua madre sta parlando di qualcuno che si chiama Stella. La conosci?" chiesi.

"Sì, è mia sorella."

"Non parli con tua sorella? Tua madre mi sta dicendo che avete litigato. C'è anche qualcuno che si chiama Paul?"

Dana non riusciva a credere alle proprie orecchie: mi guardava stupita.

"Sì, è mio fratello, Paulie. Sì, abbiamo litigato. Oh, mio Dio! Cosa dice? Per favore aiutami, mamma."

"Tua madre mi sta mostrando una specie di documento legale. Non so cosa significhi, ma ho l'impressione che abbia qualcosa a che fare con un tribunale... mi dà la sensazione di un processo o un'udienza."

"Continua", mi pregò. "Capisco."

"Dice che non ne uscirà nulla di buono. Devi avvertirli che non ne uscirà nulla di buono, ed è sbagliato comportarsi così."

"Non ci crederanno mai. Come posso convincerli?"

"Fa' ascoltare loro la cassetta di questa seduta", le suggerii.

Il mio commento non sembrò cambiare il suo atteggiamento, e Dana rimase perplessa.

"Tua madre vuole che tu sappia che è con Marty. Capisci questo nome?"

Dana iniziò di nuovo a piangere. "Sì, buon compleanno papà."

"Sento che quest'uomo fumava e aveva problemi di respirazione."

"Sì, morì di enfisema. Sta bene?"

"Sì, sta bene. Si sta prendendo cura di tua madre ed è con qualcun altro, il cui nome suona come Don."

Dana annuì con il capo. "Sì, Donnie, suo fratello. È morto un mese fa."

In quel momento la seduta prese una piega drammatica.

"Tua madre mi sta mostrando la scena di te inginocchiata al suo capezzale, mentre stai recitando il rosario."

"Sì, sì", urlò lei. "Pregavo per lei tutti i giorni. Volevo che non soffrisse più... non faceva che gemere. Dovevo aiutarla e pregavo per ricevere aiuto. Spero di aver fatto la cosa giusta, mamma."

Continuai a ricevere le sensazioni, cercando di trasmetterle nel modo più corretto che riuscivo.

"Tua madre era in coma?" chiesi.

"Sì", confermò Dana tra le lacrime. "Aveva avuto un colpo apoplettico. Non riusciva a respirare da sola e l'avevano attaccata alle macchine... non sopportavo di vederla così."

Non riuscivo a credere a cosa dissi dopo: "Tua madre mi sta dicendo che hai tolto il tubo dalla sua gola".

Dana stava tremando. Abbassò lo sguardo. "Sì... sì, lo feci. Non intendevo ucciderla. Solo che non potevo restare a guardarla soffrire così."

Ero sotto choc. Sebbene sia abituato a sentire molte cose in questo tipo di lavoro, sono solo un uomo. Devo essere molto obiettivo, e non è sempre facile.

Sentivo il dolore di questa ragazza. Dopo un istante continuai a trasmettere il messaggio della madre.

"Tua madre dice che non importa, mi sta dicendo che hai avuto coraggio. Fu un atto d'amore. Vuole che tu capisca che l'hai fatto per amore. Dice che se n'è andata nel momento voluto da Dio."

Sempre con lo sguardo basso, la donna mormorò: "L'ho uccisa?"

"Tua madre mi dice che era fuori dalla tua portata... è rimasta viva comunque."

Mi chinai, toccai la guancia di Dana e le sollevai la testa. "Tua madre non è morta subito, non è vero?"

Lei scosse la testa. "No, sopravvisse un'altra settimana. Il dottore disse che il suo cuore era troppo debole per lavorare ancora. Alla fine si fermò."

Le chiesi: "Allora perché ti stai sottoponendo a questa prova? Non l'hai uccisa. Lei trapassò in modo naturale".

"Perché Paulie e Stella mi hanno accusato di averla uccisa e mi stanno portando in tribunale. Veramente non so se potrò ancora occuparmi di questa faccenda."

Rimasi seduto per circa cinque minuti senza parlare. All'improvviso sentii un colpetto sulla spalla: era Marty, il padre di Dana. Mi trasmise il nome di qualcuno.

Mi chinai e chiesi a Dana: "Conosci qualcuno di nome Simon?"

Mi lanciò uno strano sguardo. "È molto strano... perché me lo chiedi? Oggi pomeriggio ho un appuntamento con lui. È un avvocato, me lo ha raccomandato un mio amico."

"Tuo padre vuole che ti dica che questo Simon ti aiuterà, e ti troverai bene, perché Simon è stato nominato dal cielo."

Dana si riprese. A giudicare dalla lucentezza dei suoi occhi potevo dire che questa ragazza, che era stata ostra-

cizzata dalla propria famiglia e che si era condannata all'inferno, alla fine aveva ricevuto qualcosa per cui vivere. Finalmente, aveva visto la luce.

Pochi mesi dopo, Dana chiamò il mio ufficio per ringraziarmi e farmi sapere che Simon l'aveva effettivamente aiutata: la causa era stata archiviata e lei si stava riconciliando con la famiglia. Voleva che sapessi che aveva perso anche tredici chili e iniziava di nuovo ad avere appuntamenti galanti.

Un segreto ben custodito

Quando Robin, una giovane donna sui venticinque anni, venne da me, mi domandai il perché: era troppo giovane per aver perso qualcuno. Stavo facendo proprio la cosa che dico di non fare ai miei studenti: razionalizzavo. Recitai la mia preghiera, e la letturà iniziò; poco dopo ricevetti una sensazione divertente.

"È molto strano, ma voglio cantare la canzone *Ring Around the Rosy*. Vedo due ragazze bionde che giocano: sono vestite allo stesso modo e cantano questa canzone."

Subito Robin confermò che le mie parole avevano senso per lei.

"Ricevo l'impressione di una donna. Mi sta dicendo che avete lo stesso colore di occhi e di capelli. Capisci questo?"

"Sì, capisco tutto, James", rispose.

"Mi sento come se volessi dire il nome Rachel. Mi sta dicendo Rachel. Ti è molto vicina, molto vicina. Non so perché, ma avete una connessione molto forte, sento come se foste quasi la stessa persona."

Robin rispose con voce acuta: "È mia sorella gemella, Rachel. È morta parecchi anni fa".

"Gemelle! Non c'è da stupirsi ! Sentivo che ti è molto vicina. Tua sorella mi sta mostrando una casa graziosa sulla cima di una collina. Sta parlando di traslocare. Hai appena comprato una casa? E qualcosa circa un uccello azzurro o ghiandaia crestata. Lo capisci?"

Robin improvvisamente si lasciò sfuggire: "Vicolo Uccello Azzurro! Questa è la strada in cui c'è la casa".

Entrambi scuotemmo la testa. "Uau!" esclamai.

E lei disse: "Incredibile!"

"Tua sorella vuole che ti dica che ti è stata intorno molto a lungo. L'hai sentita?"

"No, non proprio, anche se ho fatto alcuni sogni."

"I sogni sono il modo con cui gli spiriti comunicano, ma penso che tua sorella voglia dire che ha vegliato su di te."

Robin sospirò. "Oh, è meraviglioso!"

"Ti ha visto scegliere la carta da parati... le piaceva quella gialla con i fiori piccoli."

Guardai Robin, la sua reazione era di stupore.

"Oh, mio Dio! La stavo proprio guardando. Ho comprato veramente quella di cui parla. Oh, mio Dio!"

Risposi: "Stava cercando di trasmetterti di comprarla. Mi dice che sapeva che tu avevi ricevuto il messaggio perché dopo tu hai pensato a lei".

"È vero. L'avevo in mano e mi domandavo se a Rachel sarebbe piaciuta."

Mentre Robin stava terminando la frase, all'improvviso mi sentii pervadere da un'ondata di emozione. Mi sentivo come se stessi per piangere, e dovevo condividere ciò che provavo.

"Tua sorella ti ama moltissimo, e vuole che ti comunichi che deve andare, ma vuole restarti intorno e godere della vita fisica attraverso di te. Va bene se ti segue di tanto in tanto?"

Anche Robin cominciò ad avere gli occhi pieni di lacrime. Guardò il soffitto e disse a sua sorella: "In qualunque momento, Rach... ti voglio bene".

A questo punto provai una strana sensazione. Qui c'era una giovane donna seduta di fronte a me, che inviava un'emozione così amorevole alla sorella identica, che stava in piedi dall'altra parte. Le due erano proprio uguali, così sembrava che una persona sola tenesse entrambe le parti della conversazione.

Robin allora gridò: "Per favore, dille che mi dispiace!"

La fissai, aspettando di sentire la risposta della sorella.

"Non ti sta dando nessun cenno. Ma non molliamo... Aveva problemi di sangue? Mi sta mostrando cellule del sangue che vengono attaccate. Sembra il suo midollo spinale. Aveva la leucemia?"

Robin iniziò a piangere. "Sì."

"Mi dice che le hai donato il sangue. Pensavi di poter salvarle la vita."

"Che sciocca, non è vero?"

"No, perché dici questo? È stato un gesto bellissimo. Tua sorella non dimenticherà mai il tuo atto di gentilezza. Si sentirà sempre in debito con te."

Robin scosse la testa e poi crollò. "Ma non ha funzionato. È morta. Eravamo amiche del cuore. Mi manca tanto... È stata tutta colpa mia! Porto iella alle persone!"

Trascorsi i successivi dieci minuti a tranquillizzarla. Riacquistò la calma e sembrava star bene.

"Robin, tua sorella mi dice che non è stata colpa tua se è morta, era il momento giusto per lei, e che devi cercare di capire che niente di tutto ciò fu colpa tua."

Lei restò semplicemente seduta lì con lo sguardo fisso che mi attraversava.

Rachel mi trasmise alcune notizie inaspettate.

"Conosci qualcuno che si chiama Jake?"

Robin guardò in basso per pochi secondi poi rispose: "Cosa hai detto? Hai detto Jake?"

"Sì, Jake. Tua sorella mi sta trasmettendo questo nome."

Robin sembrava sconvolta e si prese il viso tra le mani.

"Vuole che tu sappia che Jake sta bene... è già tornato. Non era ancora il suo turno, e tu non eri pronta. Non fu un peccato! Tua sorella vuole che ti dica che non fu un peccato!"

Robin era per metà sotto choc e per metà incredula.

"Non vuole che ti senta colpevole. Vuole che tu ti ami! Non eri da biasimare. Per favore, amati!"

Dato che non capivo cosa stesse succedendo, speravo che avesse senso per Robin. Quando la guardai in volto, seppi che il messaggio aveva fatto centro.

Dissi dolcemente: "Sei salva e molto amata".

Dopo pochi istanti di silenzio Robin cominciò lentamente a spiegare il misterioso messaggio della sorella.

"Quando avevo sedici anni rimasi incinta, e insieme a mia sorella fingevo che il nome del bambino fosse Jake. Non avremmo mai pronunciato la parola 'incinta', avremmo detto solo Jake. Dopo circa un mese di gravidanza, il mio ragazzo mi lasciò, e io non ebbi altra scelta che abortire. Mia sorella era la sola a saperlo e mi promise che non l'avrebbe mai detto a nessuno. Era il nostro segreto."

Lasciò cadere la testa sul petto, e le lacrime presero a scorrere. Tra i singhiozzi accennò che poco dopo sua sorella si ammalò di leucemia e morì.

"Mi sono sempre sentita in colpa per la morte di Rachel. Pensavo che Dio mi stesse punendo per ciò che avevo fatto a Jake."

La storia di Robin era molto toccante e io ero profondamente commosso dall'angoscia e dagli strazianti senti-

menti di colpa di questa giovane donna. Alla fine spiegai che Dio non è vendicativo.

"Dio non ci punisce", dissi. "Solo noi ci puniamo."

La rassicurai che l'anima non muore mai e non prova mai il dolore fisico.

Ricordai a Robin ciò che aveva detto sua sorella. "Jack è ritornato e sta già sperimentando la vita da qualche parte sulla Terra."

Dopo parecchi minuti lei si asciugò le lacrime e guardò il soffitto come se stesse recitando una preghiera silenziosa alla sorella. Poi iniziò a ringraziarmi.

"Ho vissuto in questo tormento per così tanti anni. Credevo veramente di essere responsabile della morte di Rachel."

Robin lasciò il mio studio con il cuore sollevato e un nuovo senso di se stessa. Aveva avvertito l'amore compassionevole della sorella, ed era stata rassicurata che Rachel non solo l'aveva cercata, ma avrebbe continuato a condividere molte parti importanti della sua vita. Erano gemelle legate tra loro per sempre, e neppure la morte poteva tenerle separate.

Lo sparo

Un sabato sera, una settimana prima di Natale, una coppia di coniugi che aveva partecipato a numerose delle mie dimostrazioni pubbliche mi invitò a Pasadena, in California, per incontrare nel loro salotto sei completi estranei. Erano presenti quattro donne e due uomini. Non ero sicuro che si conoscessero bene tra loro, e non avevo neppure idea se sapessero cosa attendersi da me. Comunque, ciascun ospite mostrò la volontà di aprire il proprio cuore per affrontare il dolore e l'angoscia celati nell'intimo.

Spiegai come lavoravo e iniziai la mia preghiera. Nella prima parte della seduta feci la lettura a tre persone. I nonni della giovane coppia si manifestarono con messaggi sulla loro situazione finanziaria; una zia si rivelò a una donna fornendo la prova che quest'ultima aveva cambiato tre lavori nell'anno passato.

La comunicazione includeva un miscuglio di dettagli, che riguardavano ogni argomento possibile, dall'ulcera allo stomaco al campeggio. Le informazioni che venivano addotte come prove erano veramente straordinarie. Osservando le reazioni del gruppo, ebbi l'espressione che la maggior parte sembrasse molto soddisfatta, eccetto un uomo di nome Rob.

Durante una pausa, mentre lasciavo la stanza, per caso lo udii dire: "Deve esserci un trucco. Sai, fa tutte quelle domande. Alcune cose erano così generali, chiunque potrebbe farlo".

Mentre mi voltavo verso di lui decisi di non dire niente in quel momento.

Un quarto d'ora dopo, quando iniziai la seduta con una preghiera, fui indirizzato quasi immediatamente verso Rob.

"Posso venire da te?" gesticolai a Rob.

Lui aveva un'espressione vacua dipinta sul volto. Poi sorrise e rispose: "Certamente".

Potrei dire che fosse molto a disagio, e facesse del proprio meglio per mostrarsi compiacente, ma credo che stesse cercando di trovare qualche trucco da prestigiatore dietro quello che stava avvenendo. Quando le persone fanno resistenza al lavoro che svolgo, mi devo concentrare al massimo per mantenere la vibrazione spirituale necessaria a ricevere le sensazioni.

Immediatamente sentii che c'era un uomo in piedi pro-

prio dietro di lui; concentrando la mia energia, cominciai a vederlo più chiaramente. Aveva capelli biondo-rossicci, occhi verdi, e un sorriso affascinante; posava le mani sulle spalle di Rob.

"Ti è familiare Akron, nell'Ohio?"

Rob impallidì, guardando incredulo tutti gli altri. Forse sperava che avrebbero detto qualcosa per alleviare il suo disagio. Poi mi guardò.

"Sì, ho trascorso là la mia infanzia finché mio padre non fu trasferito."

"Ricordi la chiesa o la scuola di Saint Lucy?"

"Sì. Sì... Come diavolo..." Iniziò a tremare e a farfugliare. "Chi è? Chi sta parlando con te?" La facciata di sicurezza di Rob iniziava a sgretolarsi.

Continuai con le mie sensazioni.

"Ho un signore qui che dice di conoscerti. Dice che viveva ad Akron."

Rob mi interruppe. "È mio nonno? Viveva là, era nato e cresciuto là." In quel momento il suo nervosismo trapelava dalla voce.

"Questo uomo sta dicendo qualcosa a proposito di un fucile", continuai.

"Mio nonno aveva un fucile da caccia. Era solito insegnarmi come usarlo."

Sapevo dalla vibrazione che lo spirito dietro Rob non era suo nonno, gli chiesi telepaticamente chi fosse. Ora Rob si agitava sulla sua sedia e la sua energia satura di paura sembrava diffondersi in tutta la stanza. Tutti erano sulle spine, nell'attesa di sentire chi era questo ospite misterioso.

"È qualcuno che non vedi da anni. Mi dice che dovresti ricordarti di lui grazie a qualcosa o qualcuno chiamato Spike."

Gli occhi di Rob si spalancarono per l'agitazione. Non riusciva a smettere di tremare. "Gesù Cristo... Gesù Cristo, non può essere... Non può essere. Danny? Danny, sei tu?"

Improvvisamente le lacrime iniziarono a sgorgare dai suoi occhi. "Spike è la sua bici. Era solito riferirsi alla sua bici con questo nome. Era uno scherzo che ci faceva divertire."

"Viveva al fondo della strada, dice."

"Sì, lo so, è Danny Timmons. Siamo cresciuti insieme."

Poi Rob, forse sotto choc, si alzò e mi puntò contro il dito e gridò: "Chi sei? È una specie di scherzo crudele? Qualcuno te l'ha detto, deve avertelo detto!"

Aspettai parecchi minuti affinché si calmasse, e le altre persone nella stanza lo sollecitarono a tranquillizzarsi e a rilassarsi.

Crollò sulla sedia e tenne il viso tra le mani. Gli ricordai che nessuno nella stanza poteva essere a conoscenza di queste informazioni, e lo rassicurai che ero sincero. Penso che le mie parole gli furono in qualche modo di conforto, e che lo aiutassero a sentire che poteva fidarsi di me.

"Danny mi sta mostrando un fucile. È lo stesso che ho visto prima. Capisci questo?"

"Sì... sì, lo capisco", mormorò Rob.

Borbottò qualcos'altro tra sé, e gli chiesi di parlare a voce un po' più alta.

Alzò la voce e disse: "Ho un messaggio per Danny. Digli che mi dispiace, veramente. È tutta la vita che cerco di rimediare, Danny. Per favore, perdonami. Mi fermo al cimitero ogni volta che ritorno a casa per una visita. È proprio dall'altra parte della strada verso St. Lucy, dove andavamo a scuola. Mi auguravo che non accedesse. Mi faccio del male ogni giorno per questo motivo".

"Danny sa che non ne avevi l'intenzione. Vuole ringraziarti per tutti i pensieri amorevoli e il lavoro che hai fatto a nome suo. Dice che adesso è tempo di lasciar andare la colpa, che ti impedisce di aprire il cuore. Vuole che tu viva la vita che veramente desideri. Vuole che tu sia finalmente felice."

In seguito venimmo a sapere che Rob e Danny erano stati amici. Un giorno Rob aveva proposto di giocare a cowboy e indiani, e aveva preso il fucile da caccia del nonno; mentre stavano giocando, il fucile accidentalmente sparò, e il colpo trafisse il petto di Danny, uccidendolo all'istante.

Inutile dirlo, la vita di Rob non fu mai più la stessa: dall'età di otto anni aveva portato con sé la colpa della morte di Danny.

Il ricordo del giovane amico morente davanti ai suoi occhi lo tormentava di continuo: non riusciva mai a liberarsi delle immagini e delle sensazioni che suscitava. Il senso di colpa lo spinse a diventare medico. Come chirurgo Rob trascorre quattordici ore al giorno a salvare vite umane. La colpa ha fatto del bene ad altre persone, ma per lui era giunto il momento di mettere da parte tutto ciò e finalmente riposare.

Come illustrano queste storie, il fardello terribile del rammarico per certi eventi che non possiamo cambiare può distruggere vite e gravare pesantemente sul nostro viaggio spirituale. Quando ci portiamo appresso il peso della colpa, restiamo focalizzati sul passato, ma il passato è andato, e non c'è niente che possiamo fare per riportarlo indietro. Una delle grandi verità spirituali che ho imparato in questi molti anni è che il nostro potere personale esiste solo nel qui e ora.

Il miglior modo per lasciare andare la colpa è riuscire a perdonare noi stessi e gli altri ricordandoci che, come esseri spirituali, stiamo tutti compiendo un viaggio eterno. Siamo qui per imparare e crescere attraverso tutte le nostre esperienze.

10

Paure

Cosa dovete temere? Nulla. Chi dovete temere? Nessuno. Perché? Perché chiunque si unisce a Dio ottiene tre grandi privilegi: l'onnipotenza senza il potere, l'ebbrezza senza il vino e la vita senza la morte.

SAN FRANCESCO D'ASSISI

Proprio come l'amore è la grande forza che unisce, la paura è quella che divide. Mentre l'anima possiede una raccolta di esperienze di vite passate e di obblighi karmici nella sua memoria, la personalità arriva in questo mondo come una tabula rasa e la sua identità si sviluppa ed è modellata dalle persone e dall'ambiente in cui vive. Crescendo, ci definiamo in base ai giudizi e alle credenze degli altri, e se iniziamo a cadere nella trappola della natura inferiore e ci dimentichiamo il nostro vero sé amorevole, possiamo pian piano diventare timorosi.

La paura è una creazione ingannevole della nostra mente, non è reale. Senza dubbio nel mondo esistono cose molto concrete di cui avere paura, ma non sto parlando della paura che accompagna i nostri istinti primari di sopravvivenza, mi riferisco alle paure emozionali che derivano dalle sensazioni fallaci e dalle illusioni. Siamo stati programmati così intensamente dagli eventi mondani e dalla violenza, che vediamo il mondo come un luogo spaventoso. Cresciamo temendo cose o persone che pensia-

mo possano aggredirci, cerchiamo di essere all'altezza dei parametri altrui e diventiamo qualcosa che non siamo. In sostanza, non siamo autentici con noi stessi.

Quando la mente viene intrappolata dalla paura, spesso ne facciamo esperienza a livello fisico: il nostro corpo fisico si irrigidisce mentre ripetiamo continuamente la situazione di paura e ci spaventiamo ancora di più, quindi la nostra energia si indebolisce. Qualche volta, sentiamo che non riusciamo letteralmente neanche a muoverci e ci troviamo a temere il futuro.

Quando la paura fa il suo ingresso nella vita di una persona, questa chiude fuori la luce dell'anima e qualsiasi raggio di verità che potrebbe cercare di alleviare il terrore non riesce a penetrare. Quando soccombiamo alle paure, esse inevitabilmente assumono il comando della nostra vita e ci impediscono di tentare la sorte e di realizzare ciò che vogliamo.

Così, come si può superare e controllare la paura? In primo luogo, pensando in modo positivo e usando la legge universale dell'affinità, "il simile attrae il simile". Tutte le volte in cui si presenta un pensiero negativo o spaventoso, io ripeto la seguente affermazione: "Io sono sano, io sono felice, io sono benedetto" e la lascio penetrare nel mio subconscio. Come ho già detto molte volte, create il vostro destino con il vostro pensiero. Sostituendo un pensiero negativo con uno positivo, si inizia ad attrarre sicurezza e fiducia anziché timore e incertezza. In secondo luogo, possiamo controllare la paura usando in modo costruttivo la legge di causa ed effetto. Se volete una vita felice, dovete essere amorevoli e gentili nelle situazioni che vi si presentano, non potete aspettarvi pace e appagamento se state creando miseria per gli altri. In ultimo, se volete felicità e gioia, non potete cercare la verità nel mondo

esterno. Quando dimorate nella coscienza superiore di Dio, verrete sempre da un luogo di amore e sentirete questo amore dentro di voi.

Ricorda che Dio dice sempre sì, noi diciamo no.

Le seguenti letture dimostrano come i pensieri che derivano dalla paura danneggino le persone.

HO PAURA

Parecchi anni fa una coppia venne a trovarmi, sembravano entrambi molto sofferenti. Come molte persone Mira, la donna, era un po' in ansia all'idea di comunicare con il mondo spirituale e anche Lloyd, il marito, pareva piuttosto cupo. Aveva un'espressione ostile e contratta e penetranti occhi scuri. Mira spiegò che avevano il timore che la loro famiglia venisse a conoscenza della loro visita perché non volevano essere giudicati bizzarri o strambi. Risposi che comprendevo le loro preoccupazioni, e li rassicurai che non sarebbe accaduto nulla di strano o di bizzarro.

Non appena iniziai la seduta spiritica, percepii rapidamente una forte sensazione di freddo sul lato sinistro di Mira: chiusi gli occhi e vidi lì una donna in piedi.

"Mira, c'è una donna alla tua sinistra che si chiama Sari o Sarah. Questo nome ti dice qualcosa?"

Mira era senza parole. Aprì la bocca, ma non ne uscì niente. Diede un'occhiata a Lloyd, e lui le assicurò che poteva parlare.

"Sì, conosco quel nome."

"Questa Sarah mi sta dicendo che è in compagnia di tua madre ed è una di tre."

"Sì, è la sorella di mia madre, una di tre fratelli: mia madre, zia Sarah e il loro fratello."

Potevo vedere lo spirito di Sarah solo dal tronco in su. Molte volte gli spiriti non vogliono mostrarsi completamente e a volte mi capita di vederne solo il viso.

"Sarah mi dice qualcosa circa Franklin Street. Lo capisci?" chiesi a Mira.

Dopo pochi istanti rispose: "Sì, è la via in cui viveva".

"Si sta sfregando il braccio sinistro che sembra depigmentato, come se presentasse un'ustione dal gomito alla mano. Mi dice che ora va molto meglio."

Mira esclamò: "Oh, mio Dio, sì! Quando ero bambina, andai a trovare la zia a casa sua in Franklin Street. Stava preparando il tè; era davanti al fornello quando il bollitore le scivolò, e l'acqua le ustionò il braccio in modo molto grave. Ricordo bene l'incidente perché la cicatrice le restò per tutta la vita".

"Non l'ho mai saputo", disse Lloyd.

Poi mi rivolsi a Lloyd e gli dissi che la signora era molto contenta che lui si prendesse cura così bene di sua figlia.

"Lloyd, questa signora vuole che ti dica che le tue preghiere sono state esaudite."

Mi lanciò uno sguardo perplesso e mormorò: "Cosa?"

"Sarah mi dice che c'è qualcuno che vuole sapere perché non hai portato oggi il suo guanto da baseball come avevi programmato."

Lloyd e Mira si guardarono e iniziarono a piangere.

Mira sussurrò: "Oh, mio Dio... è lui?"

"Questo è il bambino che avete perso. Mi dice che è morto nella sua stanza d'ospedale. Sta parlando molto velocemente e dice che aveva il sangue malato."

"Sì, aveva la leucemia", mormorò Lloyd.

"Vuole che sappiate che sta bene, e che anche Granny B era all'ospedale. Questo ha senso per voi?"

Tra le lacrime Lloyd disse: "Sì, è mia madre. Lui chiamava Granny A la madre di Mira e Granny B la mia. Mia madre morì un anno prima del nostro Joshua".

"Sta bene, allora?" chiese Mira.

"Sì, abbastanza bene. Mi sta dicendo che aveva molta paura di morire e che non voleva cadere nel buco nero. Ha senso?" domandai.

"Sì", rispose Mira. "Un mese prima di morire sognava di cadere in un buco nero e di essere divorato da una specie di mostro."

"Mi sta dicendo che temeva che, una volta morto, non avrebbe potuto rivedere voi, Mr. Big Foot o Cottonball. Non so cosa significhi."

"Erano i suoi animali: Mr. Big Foot è un pastore tedesco, e Cottonball è il suo coniglio."

"Dice che Whiskers è con lui."

"Quello era l'altro suo coniglio che è morto."

"Sarah dice che Joshua è insieme a molti animali."

Continuai: "Ora vostro figlio si sente stupido per essere stato così spaventato. Dice che viene a trovarvi sempre e vuole che sappiate che ha giocato la partita che papà aveva promesso. Capite?"

Lloyd spiegò che aveva promesso di giocare una partita di baseball con suo figlio dopo che fosse uscito dall'ospedale.

"Oh, ora capisco cosa intendeva con il guanto da baseball."

Poi Joshua iniziò a parlare ancora una volta molto velocemente, e mentre ascoltavo, iniziai a ridere.

"Vostro figlio vuole che vi dica che è molto felice. Dice che lassù è come vivere nel paese dei balocchi."

Mira sorrise: "Giocava sempre a questo!"

Sarah rassicurò la coppia che il piccolo Joshua era estremamente felice.

Dissi loro: "Adesso sa che non esiste mai nulla di cui avere paura".

CHE COSA C'È LÀ FUORI?

Non molto tempo fa feci una lettura insolita e particolarmente appropriata a illustrare l'argomento della paura.

Bridget era una giovane donna, dolce, alta, con capelli rossi fluenti. Aveva un'aura meravigliosamente limpida e ricca di energia, e le chiesi se fosse una guaritrice di qualche genere. "Sì", rispose, "mi occupo di massaggio terapeutico." Bridget spiegò che voleva un lavoro che la rendesse capace di aiutare le persone, poi aggiunse che aveva guidato per due ore da San Diego perché la sua visita era urgente e presto venni a sapere il perché.

Dietro il mio orecchio destro cominciai a sentire un'acuta voce di donna che urlava. Era molto fastidiosa, così incaricai le mie guide di farle sapere che ero in grado di sentirla.

"Sono libera! Sono libera!" continuava a ripetere.

"Questa signora mi dice che è nella luce, che vive e che non ha più bisogno di nascondersi. Mi dà il nome di Vicky o Victoria."

"È mia madre. Si chiama Victoria Jane." Bridget sembrava soddisfatta. Sapevo che questa era la ragione per cui era venuta da me. "Sta bene?"

"Sì, sta bene. Tua madre mi dice che si è ritrovata in una terra di felicità e di pace. Dice che ora capisce chiaramente e non ha più paura."

Bridget aveva un grande sorriso.

"Mi dice che aveva sempre paura di tutto e di tutti."

All'improvviso mi sentii molto strano e non capivo cosa mi stesse accadendo, allora chiusi gli occhi, e come se fossi trasportato, cominciai ad avere la sensazione di essere chiuso in una cassa: lo spazio intorno a me era buio pesto, ero molto limitato nei movimenti ed estremamente scomodo, quasi come se fossi sepolto vivo. Sapevo che dovevo liberarmi immediatamente di questa sensazione, e così aprii con rapidità gli occhi.

"Va tutto bene, James?" chiese Bridget.

"Penso di sì. Era molto strano. Non mi sono mai sentito così, prima... come se fossi intrappolato e non potessi uscire."

Bevvi un sorso di acqua, chiesi mentalmente ai miei spiriti guida di dirmi cosa stava accadendo; loro mi spiegarono che la sensazione che avevo provato era necessaria per la comunicazione, perché era ciò che lo spirito defunto aveva provato per la maggior parte della sua vita.

Chiesi: "Tua madre era imprigionata in qualche modo?"

"Perché dici questo?"

"Mi sentivo come se fossi rinchiuso in un buco nero ed ero spaventato a morte. Non so cosa significhi, ma questa era la sensazione."

Bridget si guardò i piedi, poi alzò di nuovo gli occhi verso di me.

"Mia madre era agorafobica e non voleva mai uscire di casa. Aveva così paura che ci fosse qualcosa all'esterno che avesse intenzione di farla fuori. Ha trascorso gran parte della sua vita rinchiusa."

Le lacrime iniziarono a scorrere sulle guance di Bridget, mentre io restavo seduto lì senza parole.

Poi sentii la voce dolce della madre e comunicai il messaggio a Bridget:

"Ora posso camminare alla luce del sole. Ho incontrato tutti i generi di persone. Si sta così bene a essere vivi!"

Bridget era felicissima della nuova libertà della madre.

"Dice che adesso si rende conto che la sua paura le ha fatto perdere un mucchio di esperienze e le opportunità migliori."

"Sì, certo... non è uscita mai di casa per dieci anni."

Era difficile credere che le persone potessero avere così paura della vita, anche se dovevo ricordarmi di prestare attenzione alla comunicazione senza farmi coinvolgere dall'aspetto emotivo, altrimenti non sarei stato sensibile ai messaggi.

Provai un improvviso dolore al petto ed ebbi la visione di uno scalone. Chiesi a Bridget se significasse qualcosa.

"Sì", rispose. "Mamma morì per un infarto e cadde dalle scale."

"Tua madre vuole che ti dica che non soffre più. Anzi, si sente fresca come una rosa. È con Alfred."

"È mio nonno, suo padre."

Poi, quando pensavo che fossimo giunti al termine, Victoria rivelò qualcosa di veramente incredibile. Continuavo a guardarla mentre era in piedi vicino a Bridget, e a confermare i suoi messaggi annuendo con il capo e ripetendo più volte: "Capisco". Quando ebbe finito di trasmettermi i suoi pensieri, dissi:

"Non so come esprimerlo, ma tua madre pensa che sia importante che tu lo sappia: ha scoperto il motivo per cui aveva sempre paura di uscire di casa".

Bridget era stupita. "Perché?"

"Tua madre mi mostrava delle immagini mentre mi inviava i suoi pensieri. Evidentemente in una vita precedente, suo padre era un governatore o un nobile e lei era una bambina che viveva in un castello. La madre l'aveva am-

monita di non lasciare mai il castello a causa delle persone che non amavano il padre e le fu detto che se mai avesse disubbidito, qualcuno avrebbe potuto rapirla e non portarla mai più indietro. Essendo curiosa, un giorno lei uscì dalle mura e fu subito catturata da uomini a cavallo."

"Oh, mio Dio! Cosa le accadde?" volle sapere Bridget.

Descrissi la scena che sua madre mi aveva trasmesso: vedevo una bambina dai capelli biondi lungo la riva di un fiume, sgozzata.

Eravamo entrambi esterrefatti dai particolari della descrizione di Victoria. Con queste nuove informazioni Bridget comprese pienamente la ragione dell'agorafobia di sua madre. Spiegai inoltre che le anime ritornano sulla Terra con alcuni ricordi profondamente impressi nel loro corpo spirituale, e talvolta queste esperienze sono traumatiche e spaventose come quelle di Victoria. Spesso le anime cercano di lavorare per risolvere fobie e paure provenienti dalle vite precedenti; qualche volta ci riescono, altre no.

Bridget ringraziò la madre per il suo amore e la sua guida. La madre rispose comunicando un'ultima immagine: indossava un lungo vestito rosa, dalla linea morbida, si trovava in un roseto e teneva una rosa bianca in bocca gettando i petali verso sua figlia.

La collera di Dio

Ho scelto la seguente lettura perché riflette una situazione fin troppo comune, in cui l'ignoranza, il pregiudizio e la paura allontanano i familiari e creano vergogna, amarezza e colpa.

Joe e Carrie, fratello e sorella, arrivarono al loro appuntamento in un luminoso mercoledì pomeriggio. Mi disse-

ro che non credevano nei medium, ma che si sentivano costretti a vedermi dopo aver fatto numerosi sogni su un fratello che era trapassato.

Ci sedemmo un paio di minuti a chiacchierare, finché all'improvviso percepii la presenza di un giovane uomo che mi stava parlando.

"Ho qui un ragazzo: sembra avere circa vent'anni, ha capelli castani che si stanno sfoltendo, e ho la sensazione che sia preoccupato di perderli. Ha senso?"

Carrie era sbalordita. Joe rispose: "Sì, ha senso".

"Vuole che vi dica che si è risvegliato con una testa piena di capelli."

"È diventato calvo proprio prima di morire", intervenne Carrie con enfasi.

Diedi un'occhiata a Joe e dissi: "Joe, tuo fratello è felice di vederti qui. Non se lo sarebbe mai aspettato, ma vuole che tu sappia che apprezza veramente la tua presenza, e vuole che tu sappia che ti ama".

Lui arrossì e il dolore ebbe il sopravvento.

"Chi è Tommy?" chiesi.

"È il suo nome", rispose Joe.

"Tommy sta bene. Vuole che sappiate che lo ha fatto", comunicai loro.

"Per favore, digli che mi dispiace. Non potevo proprio..." bisbigliò Joe.

"Tommy desidera che tu sappia che sta bene. Continua a mostrarmi la Bibbia e a spingerla verso di me. C'è qualche motivo?"

"Nostra madre fa parte di una chiesa evangelica, e legge sempre la Bibbia. Lei..." La voce di Carrie si spezzò, poi continuò: "Diceva che Tommy sarebbe andato all'inferno per il suo stile di vita. Mamma pregava per la redenzione della sua anima notte e giorno".

Dopo alcuni istanti Carrie chiese con un tono mite: "Mio fratello è all'inferno?"

Mi ritrovai seduto con un'espressione di incredulità dipinta sul volto, sorpreso ancora una volta di come le persone impongano le loro paure agli altri. Dopo pochi minuti, diedi loro un altro messaggio del fratello.

"Tommy vuole che vi dica che deve essere in paradiso, perché non ha mai visto nessun posto così bello e amorevole. Dice che non ha mai visto niente che assomigli a un posto come l'inferno. Hmm... sta dicendo che l'inferno è in Terra."

Joe mormorò con un filo di voce: "Sono completamente d'accordo".

"Vostro fratello mi sta dicendo che era così spaventato prima di morire perché c'era una parte di lui che credeva ancora a sua madre e alle sue convinzioni religiose. Era in preda a una grande agitazione emotiva. Morì di AIDS?"

"Sì", rispose Carrie.

"Dice che credeva in vostra madre quando lei sosteneva che la sua malattia era la punizione di Dio perché era gay. Non sento che tuo fratello possedesse molto amore per sé e fiducia in sé."

"Tommy era una gran brava persona", rispose Carrie. "Ma ha sempre pensato che ci fosse qualcosa di sbagliato in lui."

"La sessualità non ha niente a che fare con l'amore e la gentilezza che una persona ha nel cuore. Vi prego, cercate di capirlo. Essere gay non è sbagliato. Dio conosce solo l'amore e sono gli esseri umani a mettere condizioni all'amore, non Dio."

Continuai a trasmettere i pensieri di loro fratello.

"Tommy mi sta dicendo che ora ama più se stesso di quanto avesse mai fatto prima."

"Per favore, puoi dirgli che sono dispiaciuto di non averlo visto?" disse Joe.

"Per quanto tempo l'hai evitato?" chiesi.

"Cinque anni. L'ho rinnegato quando ho scoperto che era gay. Avevo paura che se gli fossi stato vicino avrei contratto l'AIDS anch'io. Ero stupido." Joe iniziò a piangere.

Avvertivo il turbamento e tutta la rabbia repressa che quell'uomo provava verso di sé. Gli dissi di non essere così duro con se stesso.

"Un giorno capirai", lo consolai. Mentre stavo parlando con lui, Tommy interruppe.

"Joe, capisci cosa intende dire con crocevia?"

"Sì, è un gruppo di sostegno per i malati di AIDS in cui faccio volontariato. Ho iniziato dopo che Tommy è morto."

Quel cambiamento radicale nella vita di Joe mi colse di sorpresa.

"Tommy sta sorridendo perché è molto orgoglioso di te, gli hai toccato il cuore. Non solo hai dimostrato il tuo amore nei suoi confronti, ma anche la tua accettazione e volontà di imparare."

Carrie allungò la mano e afferrò quella di Joe.

"Tommy sa che ho pregato per lui?" chiese.

"Sì. Sta dicendo che ha cercato di ringraziarti in sogno, ma tu non hai capito. Dice che era qualcosa che aveva a che fare con un uccello."

"Sì, è giusto. Tre notti fa ho sognato una colomba bianca che mi seguiva ovunque. Avevo la sensazione che potesse essere Tommy", rispose Carrie.

"Vostro fratello vuole che, per favore, diciate a vostra madre che è in cielo con Wendy", continuai.

"Wendy era la migliore amica di mamma. Che sorpresa!" esclamò Carrie.

"Tommy dice che ora gli è molto più facile capire la vita perché vede le cose in modo più ampio di quanto facesse sulla Terra."

Comunicai a entrambi quanto loro fratello li amasse e come fosse con loro più di prima. Joe mi chiese di dire ancora una cosa a suo fratello prima di interrompere la comunicazione.

"Per favore, potresti fargli sapere che lo amo e che mi manca?"

Ascoltai la risposta di Tommy. "Lo sa e dice che ti amerà per sempre. Vuole che ti dica che sarete tutti insieme un giorno in cielo, un luogo dove l'amore non muore mai."

Si sono manifestati davvero tanti spiriti, come Joshua e Tommy, che avevano un'immagine molto spaventosa del processo della morte. Nel caso di Tommy, la sua paura era determinata dalla credenza della madre in un Dio irascibile e vendicativo.

In tutte le mie esperienze, nessuno spirito ha mai affermato che Dio lo stava aspettando dall'altra parte per punirlo per le azioni terrene. Spesso nel corso delle mie dimostrazioni dico: "Se avete intenzione di credere in qualcosa, accertatevi che si basi sull'amore e sul rispetto". Ci sono veramente troppe persone infelici che vivono nella paura dell'inferno, del fuoco e della dannazione.

Come ha rivelato la lettura con Victoria, quando la paura ha un effetto paralizzante sulla nostra vita, diventa impossibile realizzare sogni e potenzialità. In situazioni simili ci sono molti guaritori, maestri, e terapeuti, come Bridget, che vogliono aiutare gli altri a liberarsi dal dolo-

re. L'amore di Dio passa attraverso ogni individuo su questo pianeta, dobbiamo solo chiedere aiuto, e ci sono persone pronte a incoraggiarci ad affrontare le nostre paure e a vivere vite produttive.

11

Perdono

Non possiamo amare se non abbiamo accettato il perdono e,
più profonda è la nostra esperienza del perdono,
più grande è il nostro amore.

PAUL TILLICH

Quando ero bambino, mia madre era solita mettermi i cerotti sui tagli e poi, puntuale come un orologio, me li toglieva due giorni dopo. Non riuscivo mai a capire il perché, dato che le ferite non erano completamente rimarginate e quando le chiedevo il motivo, mi rispondeva: "La ferita deve prendere aria, così guarisce più in fretta". Lo stesso vale per le nostre ferite emotive, che dobbiamo esporre un poco per far sì che il processo di guarigione inizi.

Quando qualcuno dice o fa qualcosa che ci ferisce, tendiamo a restare attaccati al male e a covare rancore verso la persona. Dal punto di vista dell'energia psichica questo è un errore. Non lasciare andare una ferita emotiva incoraggia e nutre i pensieri e i sentimenti negativi che abbiamo al riguardo, e questo senso di danno permea il nostro spazio. Come ho detto molte volte, il simile attrae il simile, perciò attrarremo energie simili di uguale negatività. Prima permetteremo a noi stessi di superare i sentimenti di rabbia e frustrazione quando ci nuocciono, prima potremo lasciare andare il dolore, ed è

allora che arriva il vero passo della guarigione: il perdono.

Cosa crea questo potere di guarirsi? Cosa dà a una persona il coraggio di perdonare? Sono necessari due ingredienti vitali: 1) la comprensione spirituale che deriva da una vita di autoconsapevolezza, e 2) la pratica di lasciare andare. Le persone compassionevoli imparano le lezioni del perdono: comprendono che se rimangono aggrappati all'offesa devono rivivere il dolore continuamente. Il perdono porta la guarigione innanzitutto a noi stessi, e poi aiuta a diffondere questa consapevolezza a tutta l'umanità.

Donna, io ti perdono

La comunicazione seguente è uno degli esempi più dolci di perdono a cui io abbia assistito. Capitò in modo molto inatteso, poiché lo spirito non era neppure in relazione con le persone presenti nella stanza. Ciò dimostra che se c'è un bisogno sufficientemente forte, è possibile che il mondo spirituale si apra a noi.

Un caldo sabato sera estivo stavo facendo una dimostrazione di fronte a un gruppo di cinquecento persone, che avevano aspettato in fila per due ore prima di poter prendere posto. (La faccenda mi sconcerta: gli spiriti trovano gli individui giusti a prescindere da dove siano seduti.) Nel bel mezzo della mia introduzione, all'improvviso vidi apparire uno spirito in fondo alla sala. Iniziò a percorrere la navata centrale e, mentre si avvicinava, vidi che era una bambina bellissima che indossava un vestito giallo splendente; stava saltando la corda. Aveva capelli molto biondi e raccolti in due lunghi codini. Si fermò e restò in piedi davanti a me; potevo dire che era in missione. Feci cenno di averla vista e immediatamente iniziai a condi-

videre con il pubblico l'immagine che mi era apparsa, chiedendo:

"Qualcuno riconosce questa bambina, o capisce chi è?"

Nessuno alzò la mano per circa tre minuti. Inviai un messaggio mentale alla bambina chiedendole di trasmettermi qualcosa di più forte per continuare.

Lei mi inviò un pensiero in risposta: "Voglio parlare con la donna che mi ha visto giocare. Stava tornando a casa".

Ripetei cosa mi aveva detto e stavo ancora scrutando il pubblico, quando la bambina mi inviò un messaggio chiaro e forte:

"La donna guidava una macchina bianca".

Una donna si alzò in piedi nella quarta fila alla mia sinistra. Sembrava un po' insicura.

Le chiesi: "Sai chi è questa bambina?"

"Sì, penso di sì", rispose.

Poi la donna mormorò qualcos'altro così sottovoce che nessuno, io compreso, capì.

"Per favore, puoi parlare a voce più alta?" chiesi.

Rispose malinconicamente: "Sì, so chi è. L'ho investita con la mia macchina tre anni fa e l'ho uccisa".

Il pubblico restò senza fiato: nessuno si aspettava di sentire qualcosa di simile.

La donna cominciò a piangere mentre continuava il suo racconto.

"Stavo rientrando a casa dal lavoro. Svoltai un angolo, e lei sbucò nella strada saltando la corda proprio davanti alla mia macchina. Non la vidi se non quando era troppo tardi: non feci in tempo a fermarmi."

Continuai il dialogo con questa donna basandomi sui pensieri e sulle impressioni che ricevevo dalla bambina.

"Mi mostra un pupazzo... un agnellino. Mi trasmette la sensazione che tu lo hai dato a lei. Ha senso?"

"Sì, ne ho messo uno sulla sua tomba. Vado ancora a trovarla sempre. Non so cos'altro fare", mormorò.

"Questa bambina mi mostra due bambini di circa cinque o sei anni intorno a te. Li conosci?"

"No, non so. Non penso."

"Chi è Freddie?"

"È mio nipote. Oh, mio Dio! Freddie e Bryan, i miei nipoti! Ho due nipoti che hanno sei e sette anni, e il più piccolo è Freddie. È giusto."

"Questa bambina mi sta dicendo che a Freddie piace il gioco con le scimmie. Qualcosa con un barile. Cos'è, per favore?"

Una persona del pubblico venne velocemente in mio soccorso gridando: "Barile di scimmie".

"Sì, 'Barile di scimmie'. È quello che sta dicendo la ragazzina."

La donna era sempre più stupita. "Ero con Freddie questo pomeriggio. Mi stavo prendendo cura di lui, e lui ha giocato tutto il tempo con il 'Barile di scimmie'. Incredibile!"

"Questa bambina ti sta guardando. Dice che ti perdona. Capisci?"

La donna era un po' sconcertata da questo commento.

"È venuta qui per dirti che ti perdona, ma tu devi perdonare te stessa. Dice che non lo hai ancora fatto. Vuole che tu sappia che è viva. Capisci?"

La donna scosse la testa perplessa e abbassò lo sguardo.

"Dice che devi essere felice per Freddie. Lui piace a questa bambina, e vuole che tu sia una buona nonna per lui. Dice: 'Vuole una nonna felice'."

A un tratto ricevetti una sensazione fortissima, e non ero sicuro che provenisse dalla bambina o dalla mia guida indiana.

"Freddie starà bene, e così pure suo fratello, non preoccuparti. Anche la bambina sta bene. Devi prenderti cura di te stessa e perdonarti, e le cose saranno molto più facili. Capisci, per favore?"

"Sì", rispose. "È sorprendente. Proprio questa mattina sono andata in chiesa e ho chiesto un segno che le cose sarebbero andate bene. Non so come ringraziarti."

"Questa bambina ha fatto molta strada per aiutarti a perdonarti e ad amarti. Fallo e mi avrai ringraziato."

Riuscivo a vedere che un cambiamento era già avvenuto nella donna: di sicuro c'era un senso di leggerezza che dava sollievo al suo stato d'animo precedentemente freddo e cupo. Dopo una simile esibizione di perdono e d'amore, il resto della serata proseguì in modo meraviglioso. Tutti lasciarono l'edificio sentendosi immensamente confortati e incoraggiati.

Tesoro, mi dispiace

È abbastanza comune che ci siano spiriti che ritornano per chiedere perdono di qualcosa che hanno o non hanno fatto mentre erano sulla Terra. Sono storie tragiche e dolorose da sentire, ma possono portare una liberazione necessaria. Spesso, chiedere perdono sembra essere l'ultima tessera del mosaico che impedisce a uno spirito di andarsene dal mondo astrale verso una vita più appagante in Paradiso.

Questa lettura ha anche avuto luogo a "The Body and Soul Conference", una conferenza tenuta a Denver, in Colorado, di fronte a circa ottocento persone. È sempre un po' più difficile per me mantenere la concentrazione con un pubblico numeroso in sala, ma dopo che gli spiriti si allineano alle mie spalle e dopo essermi completamente rilas-

sato, la comunicazione diventa chiara. In un ambiente così affollato, spesso gli spiriti trasmettono messaggi che sono lezioni per tutti i presenti. Vale a dire che, anche se il messaggio non è diretto a una persona in particolare, la maggior parte della gente ne è toccata e può trarne beneficio.

Uno spirito venne al mio fianco, era alto circa un metro e cinquantacinque e pesava circa ottantacinque chili. Voleva parlare con qualcuno del pubblico che si chiamava Kathy. Quando gli chiesi ulteriori informazioni per trovarla, mi mostrò un banco da lavoro in uno scantinato dove era solito stare seduto.

Trasmisi l'immagine al pubblico, e una donna alzò la mano.

"Come ti chiami, per favore?" chiesi.

"Kathy", rispose.

"Bene. Lui mi sta mostrando un banco da lavoro su cui c'è una lampada Tiffany. Capisci questo?"

"Sì", disse. "Quella lampada era sempre sul suo banco di lavoro. Era di sua madre, e promise che avrebbe riparato il filo. È rimasta lì per dieci anni, ma non sembrava mai trovare il tempo di farlo."

Tutti risero, perché un dettaglio così umano era un buon segno della presenza di uno spirito.

"Mi sta mostrando una radio sulla panca e un vecchio calendario al muro. Mi mostra un calendario con attaccata una fotografia istantanea, sembra in bianco e nero. Incredibile! Ha un qualche senso per te?"

La ragazza scosse la testa.

Ero molto frustrato perché era esattamente ciò che vedevo.

Kathy allora si risedette e parlò con una donna seduta vicino a lei. Mentre bisbigliava qualcosa alla donna, immediatamente ricevetti la sensazione di "Iris".

"Sai qualcosa circa Iris?"

Kathy esclamò: "Sì. È mia madre, qui", e indicò con un cenno del capo la signora seduta vicino a lei.

Rivolsi la mia attenzione a Iris.

"Qualcosa di ciò che ho detto ha senso per te?"

"Sì: la foto è un mio ritratto. È stata sempre appesa là. Fu scattata appena dopo che ci sposammo."

"Quest'uomo beveva?" chiesi.

Iris continuò, piuttosto imbarazzata: "Gli piaceva bere ogni tanto".

Vedevo l'immagine di una bottiglia in un cassetto. "Non ha mai tenuto del gin nel secondo cassetto del suo banco di lavoro?"

Iris scosse la testa e sorrise. "Sì, lo scoprimmo dopo la sua morte. Dovevano esserci venti o trenta bottiglie lì."

La comunicazione iniziò a prendere un tono più serio, e il motivo per cui lo spirito era venuto a parlare diventò evidente.

"Conoscete il nome di Mitch?" chiesi.

Entrambe annuirono con il capo.

Iris rispose: "È il nome di mio marito. È quello di cui stavi parlando".

Iniziai a descrivere le sensazioni che mi stava trasmettendo.

"Kathy, quest'uomo vuole parlarti. Devo rendere noto ciò che ricevo: è molto dispiaciuto per come ti trattava; mi sta dicendo come non fosse il miglior padre e che disapprovava i tuoi fidanzati. Non voleva mai perderti di vista. È vero?"

"Sì, è vero." Kathy iniziò a emozionarsi.

"Mitch dice che abusava di voi. Racconta che fuggiva andando di sotto nello scantinato a ubriacarsi. Capisci?"

Entrambe annuirono.

"Kathy, mi sta dicendo che non ha presenziato al tuo matrimonio. È vero?"

"Sì. Non venne a causa dell'uomo che sposavo... non gli piaceva."

"È molto dispiaciuto per questo. Sta dicendo che non ti ha parlato per molto tempo."

"Sì, non ci parlammo per dieci anni. Non l'ho mai visto dopo essermi sposata, non l'ho mai visto prima che morisse", si lamentò.

"Tuo padre sta supplicando il tuo perdono. Si vergogna così tanto per quello che ti ha fatto, ma non solo: ti sta chiedendo di perdonarlo per il dolore che ti ha causato quando eri bambina. Lo capisci?"

Kathy iniziò a piangere. Confermò le informazioni annuendo con il capo.

Allora rivolsi l'attenzione alla madre.

"Iris, sei come una santa. Quest'uomo mi sta dicendo che era molto offensivo nei tuoi confronti, ti urlava sempre contro, e io sento che il suo abuso ha distrutto la fiducia in te stessa."

Iris disse sommessamente: "Sì, lo fece".

"Sento che quest'uomo non si amava. Penso che nel suo intimo non avesse stima di sé. Si sente così male per sé e per le sue azioni. Iris, mi sta dicendo che ti picchiava."

Mi feci piccolo alla sensazione che stavo ricevendo.

Iris abbassò la testa e sospirò: "Sì".

Poi ricevetti un'immagine di Mitch seduto nello scantinato, sul suo banco c'era una rastrelliera di fucili da caccia, li stava tirando giù uno per volta e li puliva. Riferii questo alle due donne e loro concordarono completamente.

"Scendeva sempre là sotto e lucidava quei fucili", disse Iris.

La visione successiva fu molto sconvolgente.

"Non intendo turbarvi, ma sento che quest'uomo trascorreva molto tempo nello scantinato guardando quei fucili e contemplando il suicidio. Lo vedo mettersene uno in bocca. È giusto?"

Dovevo fare questa domanda, anche se conoscevo la risposta.

Entrambe dissero all'unisono: "Sì".

"Si è ucciso nello scantinato", sussurrò Iris.

Ero molto turbato dall'immagine, e mi ci vollero parecchi minuti per riguadagnare la calma.

"Siete entrambe due donne incredibili per essere passate attraverso questa esperienza ed esserne uscite tutte intere."

Mentre stavo parlando con loro, fui nuovamente colpito da una vivida immagine di Mitch. Quando c'è un bisogno così forte, spesso giungono immagini molto intense.

"Quest'uomo è in ginocchio davanti a te, Iris, tende la mano verso di te e sta piangendo. Mi dice che vuole il tuo perdono. Si è comportato in modo terribile con te. Dice che quando vi incontraste per la prima volta, eri come un fiore appena colto, eri molto felice, creativa, e lui ti ha distrutto. Sta dicendo che ti ha avvelenato non permettendoti di fare ciò che volevi. Cercava sempre di controllarti. È così dispiaciuto."

Iris scosse solo la testa in segno di conferma e mormorò: "Ti perdono, Mitch. Digli che lo perdono. Non deve soffrire più. Io voglio solo che lui sia felice".

Ogni persona del pubblico era stupita e nello stesso tempo fiera di sentire parole di perdono da una donna che era stata così maltrattata per tutta la vita. Offrì veramente amore incondizionato a Mitch.

"Tuo marito ti ha sentito e sta piangendo. Ti ama e ti

ringrazia. Hai fatto nascere un sorriso sul suo volto. Mi sta dicendo che gli mancano le tue piroette. Ha senso?"

"Sì. Ero una ballerina quando ci siamo sposati. Era solito stare seduto per ore e guardarmi fare le piroette. In verità, nella foto che aveva attaccato al calendario stavo facendo una piroetta."

Ringraziai e benedissi Kathy e Iris per aver condiviso un momento così intimo con tutti noi. Ringraziai Mitch per aver avuto il coraggio di chiedere perdono.

PERDONAMI, PERCHÉ NON SO QUELLO CHE HO FATTO

Ogni lettura che faccio è speciale a modo suo. Ce ne sono alcune che sono estremamente emozionanti, altre sono incredibilmente ricche di dettagli, poi ci sono quelle che mettono insieme eventi ed emozioni, e l'effetto è niente meno che sbalorditivo e qualche volta un'esperienza simile può cambiare per sempre la vita di una persona, proprio come la lettura seguente.

Un uomo venne a trovarmi dopo che il suo amante era morto di AIDS. Poiché si attendeva di sentire solo le parole del suo compagno, rimase del tutto sbalordito quando trapassarono il velo individui che appartenevano al suo lontano passato per il bisogno disperato di giungere a lui.

Peter, un bel signore di mezza età, era giunto a me dopo aver visto una dimostrazione del mio lavoro a favore dell'AIDS Project Los Angeles. Poco dopo iniziai la sua seduta con la mia solita preghiera; vidi un uomo biondo in piedi alla mia destra, molto deciso a farsi riconoscere.

"C'è un uomo, qui. Vuole veramente parlare ed essere sicuro di raggiungerti. È biondo ed è molto bello, ha un sorriso luminoso, e tutto ciò che posso dire è che sembra determinato e aggressivo."

Peter sembrava capire le pose dello spirito. "Lo stai descrivendo com'era."

"È un nome molto insolito... Suona come Norris o Morris?"

"Sì, Norris. È il suo nome", esclamò Peter.

"Be', mi sta dicendo di no. È Norrie. 'Preferisco essere chiamato Norrie.'

"Okay, bene!" gridai.

Lanciai un'occhiata a Peter. Speravo che non pensasse che fossi stato scortese con il suo amico. La bocca di Peter si spalancò per lo stupore.

"È giusto. Quello era il suo soprannome. Lo chiamavamo sempre Norrie", disse.

"Vuole salutare Nancy. Per favore portale il suo amore e anche un grazie."

Peter parlava molto lentamente, cercando di assimilare ogni mia parola. "Sì, lo farò, è una cara amica. Era lì quando lui è morto."

"Lui la ama! Un mucchio di divertimento, dice!" Continuai: "Sta dicendo che gli piacciono le lampade dorate di fianco al letto, e che stava facendo lo sciocco con una di loro pochissimo tempo fa. Ieri o l'altro ieri. Hai notato un cambiamento di una di queste lampade?" chiesi.

"Sì", rispose Peter. "In verità la lampadina della lampada che sta a destra del letto si è bruciata proprio ieri. Ho pensato che dovesse essere Norrie perché quella era la sua parte del letto, e io avevo cambiato la lampadina solo una settimana fa."

"Ecco lo spirito!" esclamai.

Spiegai a Peter come l'amore che una persona prova per un'altra può trascendere la morte, e spesso viene mostrato attraverso questa specie di avvenimenti elettrici in casa. Con il proseguire della seduta spiritica, Norrie parlò

della sua morte descrivendo come fosse stato cocciuto durante la malattia. Chiese scusa a Peter per aver approfittato della sua gentilezza e parlò anche a lungo di una banca, e delle persone che ci lavoravano. Più tardi Peter confermò che Norrie era impiegato in una banca.

A metà seduta, Norrie disse che qualcun altro doveva parlare con Peter, assicurandogli che si sarebbero parlati di nuovo presto, e che sarebbe sempre stato con lui nei suoi sogni.

"Ho qui una donna. Ha un accento inglese e sta usando il nome di Julie."

"Sì, capisco", rispose Peter.

"Sento come una vibrazione materna. È giusto? Tua madre è trapassata?"

"Sì. E quello è il suo nome." Poi Peter iniziò a parlare direttamente con lei.

"Ciao, mamma. Grazie per essere qui."

Mi sintonizzai sulla vibrazione di questa donna e subito mi sentii in modo terribile: era venuta con il cuore molto pesante e aveva bisogno di rassicurazione e di amore.

"Questa donna è sconvolta, Peter. Vuole che ti dica quanto è dispiaciuta. Dice che la sua vita non le apparteneva, e non pensava di essere in grado di crescerti."

Le lacrime iniziarono a sgorgare dagli occhi di Peter.

"Dice che le dispiace di non essere lì per te. Ha veramente bisogno del tuo perdono."

"La perdono. Capisco."

"Sta confessando che non sente di essere stata molto madre con te e desiderava così tanto riuscire a insegnarti delle cose, specialmente quando eri più giovane. Mi sta dicendo che conosce il dolore che ti ha causato, ma pensa che ciò potrebbe averti aiutato a diventare più forte in qualche modo."

"Credo di sì", ribatté Peter. "Ripensandoci, è stato estremamente duro, ma mi ha rafforzato interiormente e mi ha insegnato ad avere fiducia in me."

"Tua madre è molto orgogliosa di te. Dice che la conoscerai meglio quando verrà il tuo turno di fare il passaggio. Mi dice: 'Mio figlio ha un cuore sensibile'".

Lui sorrise.

Poi improvvisamente mi giunse la sensazione di un altro spirito che stava in piedi davanti a me. Mi sintonizzai su questa nuova vibrazione e vidi una suora con una tonaca nera e un rosario molto grande legato intorno alla vita.

"Sono qui per parlare con questo uomo, Peter. Posso farlo, per favore?" chiese.

Risposi: "Sì. Chi sei, per favore?"

"Sono Sorella Edith. Lui era uno dei miei giovani alunni. Mi sono presa cura di lui quando era un ragazzino."

Chiesi a Peter se capiva tutto questo.

"Sì, capisco. Mi ha cresciuto", fu la sua risposta.

"Vuole che ti dica che le dispiace veramente molto. Sta implorando il tuo perdono. Dice che è stata molto cattiva e crudele con te. Mi sta raccontando che ti teneva chiuso in ripostigli o stanze buie."

"Sì. Era orribile", confermò Peter.

Era una scena che mi dava sensazioni inquietanti, proprio mentre la comunicavo a Peter, ma dovevo continuare.

"Questa suora mi dice che ora capisce più profondamente rispetto a quando era sulla Terra. Dice che non aveva pazienza ed era frustrata. Non voleva essere in quella situazione e si sentiva intrappolata, quindi riversava la sua rabbia contro i bambini."

"Puoi scommetterci che lo faceva! Era una donna orribile. Pretendi molto da me chiedendomi di perdonare una

persona simile per ciò che ha fatto. Si trovava in un luogo dove non sarebbe dovuta essere."

"Dice che la sua famiglia faceva pressione", interruppi.

Peter restò in silenzio per un minuto. "Naturalmente la perdono, ma è difficile per me dimenticare."

Continuai con la seduta per ancora un po' di tempo, mentre Sorella Edith parlava a Peter e gli diceva che stava imparando ad amare nel mondo spirituale.

"Dice che ti ringrazia per aver mostrato il tuo amore attraverso il perdono."

Dopo la lettura, Peter mi disse che sua madre era stata un'anima perduta che lo aveva messo in un orfanotrofio quando aveva cinque anni. Visse lì con Sorella Edith e parecchie altre suore fino a quando se ne andò all'età di quindici anni.

Peter aveva di sicuro molto da perdonare nella sua vita. Era stupefacente osservare come venisse lasciato andare il dolore in questa bellissima seduta con Peter, sua madre, Sorella Edith.

Spesso durante le mie dimostrazioni chiedo alle persone se c'è mai stato un momento in cui hanno desiderato il beneficio del dubbio o di essere perdonati per qualcosa che hanno fatto. Quando parlo del perdono, chiedo alle persone di cercare di vedere le cose possibilmente dalla prospettiva dell'altro, di cui forse non abbiamo preso in considerazione la situazione, non capiamo le ragioni o il punto di vista, o che abbiamo forse investito con le nostre aspettative personali. In ogni caso, suggerisco sempre di concedere il beneficio del dubbio, perché sono coloro che perdonano che saranno perdonati.

Credo che il perdono debba essere un atto di grazia, in-

condizionato e compiuto senza alcuna aspettativa di ricompensa. Quando perdoniamo veramente un'altra persona, impieghiamo gli aspetti superiori dell'anima per riaprire la ferita inflitta e permettere che venga lenita dall'interezza dell'amore. Il perdono libera il cuore e, dalla posizione di vittime, ci fa riguadagnare la centratura e ci aiuta a realizzare il nostro sé autentico.

12

Amore

L'amore è la legge di Dio. Vivi per imparare a vivere.
Nessun'altra lezione è richiesta all'uomo.

MIKHAIL NAIMY

Cos'è questa cosa chiamata amore? È un istinto naturale innato? È un comportamento che dobbiamo imparare ed essere costretti ad accettare? È una sensazione catturata nello sguardo di un amante? O è, forse, una stella misteriosa, irraggiungibile, qualcosa che dovremo sforzarci di ottenere in tutte le vite?

Personalmente credo che l'amore sia *tutto*, che sia quell'energia della Forza di Dio di cui siamo parte. Questa forza è rappresentata spiritualmente dalla Luce, e noi apparteniamo alla Luce: più la nostra luce è luminosa, più la nostra consapevolezza di questa parte della nostra natura è forte. Siamo nati con questo senso della luce, e siamo incoraggiati ad accrescerla o a nasconderla a noi stessi e al resto del mondo. Alcuni di noi perdono la vista della loro luce e trascorrono la propria vita cercando miseri surrogati dell'amore: droghe, sesso, e violenza sono alcuni esempi.

Quando iniziamo a riconoscere la luce dell'amore in noi stessi, è più facile vederla in un altro. Quando due per-

sone sono "innamorate", vedono la luce l'uno nell'altra. Per loro la realtà esterna non esiste, perché sono nel loro mondo privato d'amore, e sentono lo splendore e la gioia che l'amore concede.

Quando cominciate a vivere alla luce interiore della vostra anima, il centro più profondo dell'amore, iniziate veramente a vivere come esseri spirituali. Come gli innamorati, sperimentate una relazione con il vostro "sé del cuore" e ogni volta che avete un pensiero gentile, dite una parola gentile, o siete utili a qualcuno, vivete il principio divino dell'amore, e il vostro centro d'amore si espande, cominciate a vedere il mondo attraverso occhi amorevoli, e a sentire la bellezza e la gioia in tutte le cose. In sostanza, sperimentate il cielo in Terra.

Mentre esaminavo le mie letture per trovare quelle che avevano a che fare con l'amore, scoprii che mi ero dato un compito vero e proprio. Come potevo limitare l'amore a un tipo in particolare? Perché l'amore non ha limiti, e nessun amore è più importante di un altro. Avrei descritto l'amore di una madre per il suo bambino, o di un marito per la moglie, o anche quello di un animale domestico affezionato per il suo padrone? In poche parole, era una decisione difficile.

Le tre letture che ho scelto mostrano atti d'amore, compiuti da persone comuni. Ciascuno mostra l'amore al suo livello supremo – la volontà di sacrificare o dare la propria vita per un altro – e il potere che ha questo amore di guarire e cambiare il destinatario, se solo lo vorrà accettare. Spero che leggendo queste storie la vostra luce sia arricchita. Quando ciascuno di noi nutre l'amore nella propria vita, diventa capace di trasmetterlo in ogni vita che tocca.

Nessuno riuscirebbe a realizzare un film o un romanzo più drammatico o penetrante di quanto lo è la vita di un uomo comune, perché le sue pieghe, le sue svolte e la profondità delle emozioni che le accompagnano sarebbero quasi impossibili da rendere. La storia seguente lo prova alla perfezione, mostrando la purezza dell'amore e il rispetto per la vita. In questo caso, la morte ha unito due persone che erano estranee in vita.

Si è verificata in una seduta spiritica che ho guidato a Los Angeles per un gruppo di otto individui. Di solito, quando faccio parecchie letture in una volta, ne risalta una in particolare e sento che quest'ultima è la ragione principale della mia visita. Spesso uno spirito ha un bisogno così forte di dare un messaggio a un essere vivente che fa ogni sforzo possibile per creare una situazione in cui possa essere reso noto.

Dopo aver fatto letture per quattro delle otto persone presenti, ero pronto per una pausa, anche se mi sentivo costretto a completarne ancora una. Fissai un giovane che era seduto in fondo al divano; si chiamava Andrew, aveva circa ventidue anni, capelli castano chiaro e indossava una vivace camicia a scacchi. Sembrava molto tranquillo, sentivo che non era lì di sua spontanea volontà e più tardi scoprii che la mia sensazione era giusta: infatti un suo amico aveva insistito perché fosse presente.

Quando mi avvicinai a lui, mi spiegò che voleva parlare con la nonna che lo aveva cresciuto. Mi concentrai intensamente, ma non riuscivo a ricevere nessuna vibrazione dalla nonna, al suo posto, invece, si manifestò qualcuno di molto inatteso.

"Sai qualcosa di Chicago?" chiesi.

"Sì, sono nato lì e vivevo lì quando ero piccolo."

"Hmm... Andavi a scuola lì?"

"Sì, per un po' di tempo. Perché?" chiese Andrew.

"Sto ricevendo la sensazione di una scuola di Chicago, e vedo un ragazzino." Continuai: "Chi è Ziggy? È un nome molto strano, ma è quello che sento. Capisci?"

"Ziggy? Non conosco nessuno Ziggy!" rispose Andrew.

"No, non adesso. A Chicago, molto tempo fa", chiarii.

"No... credo di no."

Andrew esitò un momento: potevo praticamente sentire il rumore delle cellule del suo cervello che lavoravano mentre cercava di richiamare alla memoria una persona di nome Ziggy. Dopo pochi minuti non aveva ancora alcun indizio, così cominciai di nuovo.

"Aspetta un momento!" urlò Andrew, fermandomi a metà frase. "Conoscevo qualcuno... Sì, era il buon vecchio Ziggs! Lo chiamavamo Ziggy per l'album di David Bowie. Bazzicavamo insieme quando eravamo bambini. C'erano due altri ragazzi... Uno era Mike Barras e l'altro... non riesco a ricordarne il nome."

"Wyland?" interruppi con un pensiero appena ricevuto.

Andrew impallidì mentre la risposta affermativa gli sfuggiva dalle labbra. I suoi occhi si spalancarono: "Come facevi a saperlo?"

"C'è un uomo in piedi di fronte a te che dice che ti conosceva in quel momento della tua vita. Dice che conosceva te, Ziggy e Wyland."

Andrew era visibilmente turbato, scuoteva la testa in segno di incredulità. "Chi è? Chi è questo tipo? Lo conosco?" chiese.

Inviai un messaggio mentale a questo spirito, chiedendogli di fornirmi dettagli che lo identificassero maggior-

mente e, dopo pochi minuti, ricevetti alcuni pensieri che comunicai a Andrew.

"L'uomo qui presente mi dà la sensazione che sia uno dei tuoi angeli custodi. È preoccupato del tuo benessere. Mi sta mostrando le mani, sono callose... lavorava con le mani perché ora mi sta mostrando degli attrezzi. Mi dice che lo conoscevi con il nome di Shorty."

Andrew ancora una volta si scervellò nello sforzo di ricordare questo nome.

Continuai comunicando le sensazioni che stavo ricevendo.

"Questo Shorty è trapassato per un problema al cuore. Ma mi sta anche mostrando del fumo, simile a un incendio."

Andrew emise un grido. Evidentemente avevo detto la parola segreta!

"Oh, mio Dio!" le lacrime iniziarono a sgorgare dai suoi occhi. "Non ci credo! Come... Shorty? Shorty della scuola?" gridò.

"Sì, quello di Chicago."

"Arghhh!" gridò Andrew. Teneva il viso tra le mani e gemeva.

Tutti intorno a lui iniziarono a dargli buffetti sulla schiena, cercando di confortarlo. Rimase scombussolato per cinque minuti buoni. Quando si calmò, alzò la testa e iniziò a parlare.

"Shorty era il bidello della mia scuola elementare. Un giorno ci fu un'esplosione nella stanza della caldaia, e rimasi intrappolato nello scantinato insieme a Ziggy e Wyland. Tutto andava a fuoco. Strillavamo perché pensavamo che saremmo morti, ma poi alzammo gli occhi e vedemmo comparire Shorty attraverso il fumo. Ci portò fuori di lì! Se non fosse stato per lui, adesso non sarei qui. Quel-

l'uomo mi ha salvato la vita! Ha rischiato la sua vita per me! Gli devo tutto. Grazie Shorty. Ti voglio bene", esclamò Andrew guardando in alto. Poi si rivolse a me: "Ma perché viene da me?"

Era necessario che gli offrissi una breve spiegazione del mondo spirituale.

"Quando era sulla terra Shorty viveva una vita simile a quella che stai vivendo tu ora. È qui per badare a te e aiutarti a non commettere gli stessi errori che fece lui. È sinceramente preoccupato per il tuo benessere. Mi sta dicendo che una delle cose molto positive che ha fatto nella sua vita fu quella di salvare te e i tuoi amici. Vuole essere sicuro che il suo atto di bontà continui in qualche modo. Perciò, ti sta vicino per proteggerti. Mi dice che era con te a Springfield. Capisci Springfield?" chiesi.

Andrew scattò in piedi. "Sì... ricevuto. Ora capisco, credimi!"

Ascoltai mentre Shorty mi diceva alcune cose incredibili sulla vita di Andrew, ma le informazioni che mi comunicava avrebbero messo in imbarazzo il giovane uomo di fronte al gruppo.

"Mi piacerebbe parlare con te alla fine dell'incontro per darti l'ultima informazione che Shorty sta trasmettendo. È molto personale."

Più tardi, nel corso della serata, Andrew e io ci sedemmo in una stanza appartata, e terminai di comunicargli il messaggio di Shorty.

"Questo Shorty è molto preoccupato per te. Parlava di droghe. Mi stava raccontando che sei stato nel penitenziario di Springfield, e che quella situazione avrebbe potuto essere evitata."

"Sì, stavo spacciando e fui arrestato", ammise Andrew.

"Il tuo amico Shorty è venuto qui stanotte per aiutarti.

Ha detto che devi cercare aiuto per la tossicodipendenza e che solo tu puoi aiutare te stesso."

"Merda! Come l'ha saputo? Nessuno qui lo sa!"

"Ha detto che devi smettere, o sarà la tua rovina. Vuole che tu senta questo, forte e chiaro!" dissi con fermezza.

Poi guardai Andrew dritto negli occhi: "Capisci?"

Andrew iniziò a piangere come un bambino. Gli misi un braccio intorno alle spalle e insieme parlammo della sua situazione difficile.

Non so se furono le informazioni chiare o la preoccupazione amorevole del suo angelo custode, Shorty, ma quella notte cambiò per sempre la vita di Andrew: decise di assumersi la responsabilità della propria vita, e mi disse che avrebbe cercato il supporto e la riabilitazione necessari per uscire dal tunnel della droga. Ringraziammo insieme Shorty per essere ritornato e per aver afferrato Andrew un'altra volta dall'aldilà.

Questa lettura avvenne cinque anni fa. Attualmente, Andrew tiene corsi ai gruppi di recupero dei tossicodipendenti. È un valido aiuto per molte altre vite ed è diventato a sua volta un angelo in Terra.

HAI DATO LA TUA VITA PERCHÉ IO POTESSI VIVERE

Pochi anni fa accettai di comparire in uno show televisivo che si chiamava *Paranormal Borderline*. I produttori vagliarono centinaia di lettere di richiesta di letture fino a quando ne scelsero una che sentivano meritasse un approfondimento. Ecco come Tom e Michelle Okins si ritrovarono nel mio soggiorno, tra una folla di tecnici che montavano l'attrezzatura.

Tom mi raccontò che aveva perso la madre quando aveva cinque anni. Da allora era stato isolato dalla sua fami-

glia e intrappolato in una lunga battaglia contro droghe e alcool. Aveva tentato il suicidio molte volte. All'età di trent'anni, Tom sentiva che gli mancava una parte essenziale della sua vita, e io rappresentavo la sua ultima speranza di riportarla indietro.

Finalmente le luci, la scenografia e l'impianto audio erano pronti e le telecamere cominciarono a riprendere. Diedi istruzioni alla coppia di concentrarsi su di me mentre, a mia volta, mi rilassavo aprendo la mia energia al mondo spirituale. Presto le due dimensioni si fusero e i pensieri di uno spirito iniziarono a penetrare nella mia mente.

"C'è qui una donna che è una persona estroversa. Non permette a nessuno di starle tra i piedi. È molto indipendente, e in qualche modo, Tom, tu le somigli. La tua personalità, ecco."

Riuscivo a vedere che Tom si stava aggrappando a ogni parola che dicevo. Sperava che io potessi rivelare qualcosa, qualsiasi cosa, che gli permettesse di sapere che stavo parlando con sua madre.

"Sì, suppongo. Questo è quanto ho sentito su di lei. Non ricordo, naturalmente."

"Sai se tua madre avesse legami a Oklahoma?" chiesi.

"Sì, ah, veniva da lì. Vivevamo tutti lì." Gli occhi di Tom si spalancarono pregustando cosa gli stavo per dire.

"Questa donna sta parlando del tuo orologio, Michelle. Mi dice che si è rotto, accenna a qualcosa circa le tre."

"Oh, Dio! Sì. È vero! Proprio oggi in albergo. Il mio orologio si è fermato verso le tre. Guarda!"

Michelle mi mostrò l'orologio guasto che portava al polso: indicava le tre e un quarto.

I due si fissarono l'un l'altra e si strinsero le mani reciprocamente.

Presi il tempo necessario per comunicare il messaggio che stava per essere rivelato. Sapevo che Tom e Michelle avrebbero assistito alla realizzazione di un sogno.

"Tom, credo che la donna vicino a te sia tua madre. È molto entusiasta di parlarti."

Tom chinò il capo in segno di riconoscenza.

"È così felice di essere qui. Stenta a trattenersi. Michelle, vuole ringraziarti per esserti presa cura del suo ragazzo. Sta dicendo che sei quella che lo ha salvato. È in debito con te."

Poi mi rivolsi a Tom e chiesi: "Chi lavora in banca?"

"Io", affermò Michelle.

"Questa donna mi dice che non starai lì ancora per molto."

"È così buffo", rispose Michelle. "Stavo pensando di fare un lavoro diverso. Voglio insegnare."

"Bene, lo farai, secondo questa donna", esclamai. "Ora mi mostra una chitarra e canta. Dice che le piace cantare. Capisci questo, Tom?"

"Sì, lo capisco." All'improvviso cominciò a piangere. Gli porsi una scatola di fazzolettini. Dopo pochi minuti disse: "La mamma suonava sempre la chitarra, a dire il vero".

Poi frugò nella tasca dei pantaloni, tirò fuori una fotografia e me la mostrò: era sua madre seduta davanti a un camino mentre strimpellava una chitarra. Fissammo tutti l'immagine.

In quel momento sull'intera stanza calò il silenzio. Quando mi guardai intorno, vidi volti solcati dalle lacrime. Era chiaro che i tecnici non avevano mai assistito a nulla di simile prima di allora.

Ma proprio quando pensavo che avessimo raggiunto la vetta delle nostre montagne russe emotive, lo spirito rivelò una nuova informazione.

"Tua madre mi sta mostrando una strada di campagna. Ci sono campi di granoturco da entrambi i lati. Guida una vecchia auto, indossa un grande cappello di paglia e sta cantando un motivo trasmesso dalla radio."

A questo punto Tom piangeva apertamente.

"È molto strano, ma continuano a mostrarmi cassette della posta. Sai, come quelle che ci sono lungo i lati della strada."

Tom iniziò a singhiozzare, e tra un singhiozzo e l'altro lo sentii dire: "Sì, è giusto. Stava andando a prendere la posta del pomeriggio".

Tutto a un tratto fui travolto da un'immagine intensa, con il rombo di effetti sonori.

"Tua madre è in auto che canta una canzone mentre guida. Guarda attentamente un bambino sul sedile anteriore, di fianco a lei. Sento un aereo in cielo, è una specie di velivolo per l'irrorazione delle colture. Il rumore si fa più forte. Tua madre ferma l'auto. All'improvviso l'apparecchio perde il controllo e cade dritto sulla macchina. Lei spinge il bambino giù a terra appena in tempo prima che il velivolo tranci la capote dell'auto. Tua madre muore sul colpo, ma il bambino di fianco a lei rimane vivo."

Poi la visione svanì.

Dopo pochi istanti Tom mi guardò e disse lentamente: "Quel bambino ero io!"

Volsi lo sguardo a Tom e a poco a poco mi resi conto di ciò che aveva detto. Mentre riprendevo coscienza della stanza, mi sentivo molto esaurito, come se fossi stato trasportato indietro nel tempo e nello spazio. Non mi accorsi del regista che gridava: "Taglia!"

Continuai a ricevere messaggi per la giovane coppia.

"Tua madre sta dicendo che ti ama molto, e se dovesse

rifarebbe tutto di nuovo. Vuole che tu sappia che il suo amore non è mai cessato. Dice che devi capire che è sempre con te e lo sarà sempre."

Lei proseguì.

"Dice che non dovresti permettere alla gente di approfittare di te. Provieni da una stirpe forte."

Poi la donna disse loro che presto avrebbero avuto una bimba. Più tardi, Tom e Michelle mi rivelarono che stavano progettando di creare una famiglia, e che avrebbero chiamato la loro figlia con il nome della madre di Tom.

Un'amica fino alla fine

La seguente lettura ebbe luogo durante una conferenza metafisica nel Midwest. Simili conferenze sono opportunità meravigliose per persone con interessi e con sistemi di credenze diversi di ritrovarsi insieme e sperimentare cose che non fanno di solito parte della loro vita. Provo una gioia speciale nel condividere il mio dono con gente che non l'ha mai sperimentato.

Quel particolare mattino autunnale fu particolarmente felice: fui capace di riportare indietro uno spirito che voleva riaccendere un amore iniziato sulla Terra trent'anni prima.

Mentre scrutavo la folla, all'improvviso fui guidato verso una donna dai capelli rossi seduta su una sedia in fondo alla sala. Proprio sopra di lei c'era lo spirito di una donna con bellissimi occhi blu mare, che stava cercando molto intensamente di ottenere la mia attenzione. Così dissi alla donna: "Mi piacerebbe venire da te. Sono stato condotto a te a causa di una donna che ti sta vicino".

La donna si alzò in piedi e si guardò intorno stupita.

"Ha bellissimi occhi blu e capelli castani", le comunicai.

"Potrebbe essere mia nonna? Era così quando era più giovane", disse.

"No", risposi. "Non è il pensiero che sto ricevendo. Questa donna ti conosceva quando *tu* eri più giovane."

Ora la donna aveva un'espressione assente.

"Mi sta dicendo che siete più intime di quanto pensi, e che ti ama moltissimo. Vuole che ti dica che è cresciuta con te, e che sarà sempre tua amica."

Di nuovo, la donna rimase con un pugno di mosche.

"Chi è Emma?" chiesi.

"Sono io", rispose.

"Questa donna mi sta mostrando delle bambole e una casa di bambole. Capisci questo?"

Senza esitazione Emma rispose: "No, mi dispiace. Sei sicuro che sia io quella che vuoi?"

Mi concentrai sui pensieri dello spirito e chiesi che mi inviasse più informazioni per identificarlo.

"Questa donna dice che ti piaceva pettinare i suoi capelli. Sta dicendo che speravi di avere capelli come i suoi."

Emma stava iniziando a riconoscere qualcosa che avevo detto. Sembrava che dovesse frugare nella sua mente in cerca di una vita distante, lontana, ma lentamente i ricordi stavano ritornando.

"Penso di sapere chi è", mormorò.

"Questa donna sta parlando dell'operazione", continuai.

Emma emise un grido acuto e iniziò a singhiozzare.

"Patty?" chiese.

"Non mi sta ancora dando il suo nome, per ora, ma mi sta dicendo che dovresti ricordarti di aver condiviso con lei un giro su un furgone di gelati."

"Sì, è Patty. Suo padre guidava un furgone dei gelati, e di solito ci faceva fare un giro dopo cena. Ci davamo i tur-

ni per suonare la campanella. Oh, mio Dio, Patty! Ti amo. Oh, Patty, grazie! Come potrò mai ringraziarti?"

I pensieri di Patty continuavano a riversarsi in me.

"Anche lei ti ama allo stesso modo e lo farà sempre. Mi dice che sei una parte di lei, e che lo sarai sempre."

Pensavo che Patty intendesse dire che sarebbe sempre stata al fianco dell'amica e non capivo che c'era qualcosa in più di quanto mi comunicava.

"Sì, è vero. Se non fosse per Patty, non potrei essere qui, adesso."

"Perché?" chiesi.

Tra le lacrime, Emma iniziò a raccontare la sua storia.

"Quando eravamo bambine, avevo una rara malattia renale e avevo bisogno di un rene per sopravvivere. Grazie alla nostra compatibilità e all'età, Patty era la donatrice perfetta e decise di darmi il suo rene perché era appena venuta a sapere di aver contratto la leucemia. Ne facemmo una specie di scherzo. Mi diceva che non aveva bisogno del suo rene nel luogo in cui stava andando, e che era meglio che lo tenessi bene o sarebbe tornata indietro a riprenderselo."

Nessuno nella sala si aspettava un'informazione simile. All'improvviso, il silenzio irreale fu rotto da uno scroscio di applausi. Le persone applaudivano per il grande amore di una piccola bambina che aveva dato parte di sé affinché la sua migliore amica potesse vivere.

Dopo questo, dovetti smettere di fare letture per quel giorno: il grande atto d'amore di Patty mi aveva profondamente emozionato, come era successo anche al pubblico.

Dunque, vedete, l'amore è talmente sconfinato che trascende la morte. L'amore è la forza più potente dell'uni-

verso. Quando è dato in modo giusto, unisce e costruisce, difende e protegge. È un'energia concentrata che non ha limiti. Il vero amore non è mai geloso o possessivo, né pone condizioni. Penso che sperimentiamo una vita dopo l'altra per imparare lezioni sull'amore e per vederlo manifestarsi in modi diversi e in diverse circostanze. In che altro modo potremmo apprezzare le molteplici sfaccettature del nostro essere?

Parte Terza

IL RISVEGLIO

13

Ricordare il vostro vero sé

L'occhio deve essere qualcosa simile al Sole,
Altrimenti non potremmo vederne la luce;
La potenza di Dio deve essere dentro di noi,
Altrimenti come potrebbero deliziarci le cose divine?

JOHANN WOLFGANG VON GOETHE,
Qualcosa simile al Sole

Attualmente siamo alla soglia del XXI secolo, un periodo di conquiste incredibili, quali le comunicazioni globali, la terapia genetica, e numerose altre nell'ambito della scienza e della tecnologia. Mai in precedenza gli esseri umani sono stati così ben collegati l'uno all'altro, ma mai sono parsi così soli. Ovunque guardate, vedete persone inappagate e infelici, sembrano degli automi, immerse in se stesse, che subiscono semplicemente i movimenti dell'esistenza. Altri sono schiavi della rabbia, della salute precaria, della depressione, della paura, della cupidigia e dell'odio. Perché? Credo che sia a causa del sistema di valori della nostra società, che si basa sulle illusioni e sulla falsità. Ci è stato insegnato a partecipare alla corsa al denaro, che la ricchezza è sinonimo di felicità, di potere e che il potere può appagarci. Onorando questi falsi dei, il potere e il denaro, la società enfatizza costantemente le nostre inadeguatezze.

E che dire delle persone al potere? Noi mettiamo sempre gli esseri umani sui piedistalli, aspettandoci che siano perfetti e, quando non lo sono, ci sentiamo traditi. Diamo il nostro potere agli altri e quando fanno qualcosa che non ci piace, ci sentiamo vittime e, una volta che ci dichiariamo "vittime", siamo rinchiusi in una vibrazione di punizione. Quando viviamo nella paura, nella rabbia e nel risentimento, attraiamo situazioni che creeranno ancor più paura, rabbia e risentimento. Più siamo immersi nella coscienza del mondo esterno, più ci allontaniamo dal cammino dello spirito.

C'è un tremendo deficit spirituale nel nostro mondo: è una brama che non è soddisfatta. Idealmente, la religione dovrebbe essere la porta che conduce alla nostra spiritualità, ma troppo spesso non è così. Per essere spirituali non è sufficiente andare in chiesa, pregare, cantare, predicare e fare l'elemosina, ma è necessario comprendere le verità spirituali e metterle in pratica nella vita quotidiana. Purtroppo le verità insegnate dalla religione sono talvolta distorte dall'interpretazione personale, e il timore di Dio viene a sostituire il servizio a Dio. Spetta a ciascuno di noi, in qualità di individui, scegliere la verità dal dogma, selezionare il grano dalla pula.

Gli individui spiritualmente impegnati hanno sempre pensato a loro stessi, ma oggi troppe persone hanno dimenticato chi sono: vogliono felicità, amore e gioia, e continuano a cercarle fuori di loro non capendo che, sebbene viviamo in un mondo fisico e proviamo sensazioni fisiche, abbiamo qualcosa di più reale e di più potente che è insito nel nostro profondo.

Noi non siamo qui per essere schiavizzati dai canoni di una società che indugia sugli aspetti più infimi e negativi della personalità terrena e dobbiamo smettere di vivere

una vita basata sul senso di colpa, sull'ansia, sulla paura. Per noi è venuto il momento di familiarizzare con il concetto di Dio e di vederci come esseri spirituali di luce e amore.

Siete e sarete sempre scintille del Divino, non dimenticatelo mai: la vostra casa è il Paradiso, e viaggiate in questo mondo per svolgere un compito preciso. La vita sulla Terra è temporanea e la chiave per camminare su questo pianeta è una consapevolezza più intensa del vostro retaggio spirituale. Quando vivete ogni giorno vedendo il mondo con lo spirito in mente, vivete una vita di verità.

Il corpo è soltanto un deposito di ossa, tessuti e organi, non ha vita propria: è l'anima che dà al vostro corpo vita ed espressione creativa. Quando è conferito il potere al vostro sé spirituale, potete cominciare a sperimentare la pienezza dell'esistenza.

Se dobbiamo imparare dagli esempi del mondo spirituale, dobbiamo cominciare ad assumerci la responsabilità per ogni aspetto della nostra vita: noi siamo gli unici a poter cambiare il nostro modo di pensare e di agire. Quando prendiamo delle decisioni che sono positive e che favoriscono la nostra crescita, anche quando sembrano difficili, diventiamo protagonisti nella nostra esistenza. Allora la vita non si limiterà ad accaderci. Per risvegliarci e riconnetterci con l'essenza della nostra anima dobbiamo esercitare i nostri muscoli spirituali e la via più efficace è attraverso la meditazione.

Meditazioni

Quando insegno in una grande sala, di fronte a centinaia di persone, spesso esordisco con la seguente dichiarazione: "Sono spiacente, ma non faccio fluttuare nell'aria la classe

e non sputo passato di piselli verdi. Non parlo lingue straniere, né voi sentirete alcun grugnito o gemito. Se volete vedere cose di questo genere, vi suggerisco di guardare un film o noleggiare un video". Dico questo per scherzo, per spiegare un punto: attraverso molti anni di lavoro con individui che hanno un forte bagaglio spirituale o metafisico, sono ancora sorpreso dal fatto che la maggioranza delle persone non sappia come stare nel proprio corpo. Non comprendono l'importanza di essere nel momento presente mentre focalizzano la loro consapevolezza nello spirito. La gente sembra credere che, al fine di essere spirituali, si debba essere in estasi o in uno stato alterato, cosa per niente vera. Infatti, quando le persone vanno in estasi e lasciano il corpo (consciamente o inconsciamente), si aprono alle vibrazioni energetiche provenienti da ogni livello e, la maggior parte delle volte, diventano bersagli della sfera più bassa della consapevolezza, in quanto è quella più vicina alla Terra. Ho parlato dell'idea delle entità confinate sulla Terra, che amano visitare o intromettersi nei campi energetici e nei corpi.

Focalizzare la vostra consapevolezza sullo spirito significa vivere nel presente, nel vostro corpo e prendere controllo del vostro spazio fisico; mi piace chiamare questo stato come "essere il conducente del proprio veicolo".

Quelli che seguono sono alcuni esercizi che aiutano ad acquisire padronanza dei vostri pensieri e delle vostre emozioni; inoltre vi aiuteranno a chiarire e rafforzare la vostra aura e a ricordare chi siete. Ho adattato le due seguenti tecniche dall'opera di un guaritore e metafisico molto dotato, il mio amico Michael Tamura. Come prima e più importante cosa, ricordate che tutto implica consapevolezza sia di dove sia di ciò su cui vi focalizzate: quando pensate a qualcosa, gli date vita. Cominciate ogni me-

ditazione in un'atmosfera dove non sarete disturbati da distrazioni esterne, quali telefoni, segreterie telefoniche, campanelli, e così via. Il miglior modo per fare qualsiasi meditazione è sedersi su una sedia comoda con la schiena dritta e i piedi ben appoggiati sul pavimento. Questo aiuta ad allineare i chakra del vostro corpo eterico in modo che siate ricettivi alle vibrazioni superiori.

Radicamento

Chiudete gli occhi. Diventate consapevoli del vostro corpo, ascoltatelo e siate consapevoli di ogni suo movimento. Ora ponete la vostra attenzione sul respiro che porta una nuova vita rinvigorente e rigenerante nei polmoni mentre lascia andare un'energia vecchia e stagnante di cui non avete più bisogno. Fate alcuni respiri profondi, e godete ogni nuovo respiro che fate. Dopo alcuni momenti di respirazione profonda, ponete la vostra attenzione sul corpo. Siate consapevoli di ogni sua parte. Con l'occhio della mente, sentite ogni parte del corpo, cominciando dai piedi, poi le gambe, le anche, le natiche, l'area pelvica, lo stomaco, il petto, la schiena, le mani, le braccia, le spalle, il collo e la testa. Immaginate due corde dolcemente tese attorno a ogni caviglia e portatele giù dritto al centro della Terra. Immaginate due grandi massi al centro del pianeta e legate ogni corda a un masso. Ora legate un'altra corda attorno all'osso sacro e dirigetela verso il centro della terra. Trovate un altro masso che vi piace e legate questa corda attorno a esso.

Poi visualizzate l'energia della Madre Terra, la potete vedere come verde o marrone. Vedetela mentre sale su per le corde dai massi al centro della Terra sino alle vostre caviglie. Questa energia continua a fluire lungo le gambe e

il tronco e va al centro del vostro cuore. Ora siete colmi dell'energia terrena. Continuate a sentirvi radicati, centrati e stabili. È importante avere un equilibrio energetico. Il passo successivo è far entrare l'energia cosmica.

A circa otto centimetri sopra la testa immaginate un fascio di luce bianco-dorata, che rappresenta la luce cosmica o di Cristo. Portate questa luce cosmica sulla parte superiore della testa, e vedetela che si spande nella testa, nel collo, nelle spalle e nel petto. Lasciatela scendere al centro del cuore. Là la luce cosmica si fonde con l'energia della terra e forma una forza stabilizzante nuova, più potente. Per finire, visualizzate questa energia salire lungo la spina dorsale e uscire dalla sommità del capo, e poi cadere giù, a cascata, lungo i fianchi del corpo come una fontana traboccante.

Visualizzate l'energia che si mescola più e più volte. Questo è il modo per far scorrere nuova energia ricaricata attraverso i sistemi energetici del corpo. Una volta che questa meditazione è completata, potete cominciare a fare il vostro lavoro spirituale in un'atmosfera più controllata e consapevole.

Protezione

Poiché viviamo in un mondo dove riceviamo costantemente i pensieri e le sensazioni degli altri, abbiamo bisogno di proteggerci dalle influenze negative che potrebbero interferire nella nostra vita quotidiana. Questo è particolarmente utile per quelli di noi che sono come spugne sensibili e raccolgono molto facilmente l'energia di un'altra persona. Sebbene sia impossibile dissipare totalmente le energie e le forme pensiero degli altri, questa è una tecnica potente per allontanarle dal vostro spazio e dalla vostra coscienza.

Cominciate come avete fatto nell'esercizio precedente. Sedetevi ancora una volta su una sedia, con la schiena diritta. Praticate le tecniche di respirazione come indicato. Eseguite l'intero esercizio del radicamento, innanzitutto perché aiuta a rafforzare il campo aurico.

Dopo che avete dato energia al vostro campo, voglio che vediate o percepiate un piccolo aspirapolvere nel palmo della mano: potete disegnarlo personalmente. Ora ponete la vostra attenzione sullo spazio attorno alla sommità del capo e, mentre lo fate, notate cosa appare nell'occhio della mente. Vedete i volti di altre persone? Provate emozioni che non riuscite a identificare o che non vi appartengono? Prendete l'aspirapolvere e spazzate via quelle immagini e quelle sensazioni. Potete anche vederle salire nel tubo dell'aggeggio se questo è più facile. Una volta che il sacchetto dell'aspirapolvere è pieno, fatelo scoppiare e mandate l'energia indietro alla sua fonte con amore. Create un nuovo aspiratore per ripulire tutte le macchie rimaste nel campo energetico. Aspirate la parte anteriore, posteriore, laterale, superiore e inferiore del vostro spazio. Create tutti gli aspirapolvere di cui avete bisogno, perché può essere necessario pulire una volta sola o molte di più. Continuate sino a che non cominciate a sentirvi più luminosi e più felici.

Ora che avete rimosso da voi le energie altrui, è il momento di avere indietro la vostra. Immaginate tutti i luoghi in cui siete stati nelle ultime ventiquattro ore. Guardate dove avete lasciato l'energia: forse stavate parlando con qualcuno al telefono, forse eravate al lavoro, forse l'avete lasciata a scuola o in un negozio. Rievocate ogni luogo dove potreste aver lasciato un residuo della vostra energia. Vedete la situazione e le persone coinvolte, e riprendetevi l'energia. Riportatela indietro nel vostro spa-

zio e vedetela tornare nel vostro corpo attraverso la sommità del capo, fluendo lungo la spina dorsale. Entra come polvere di stelle. Sentite che vi riempite della vostra energia. Fa sentire così bene avere indietro tutta l'energia che avete distribuito così liberamente! Quando avete una forte sensazione che la vostra energia è tornata a casa, è il momento di visualizzare un muro di protezione intorno a voi.

Potete farlo in molteplici modi: potete immaginare un manto disegnato e colorato da voi che vi avvolge completamente, oppure visualizzarvi mentre state in una scatola di vetro o di pietra con il soffitto di vetro. È più difficile che i pensieri e le energie penetrino questi muri. Molte persone si mettono in una luce bianca che è parimenti una grande protezione. Ma, mentre usate queste tecniche, ricordate che ciò che è fuori sta fuori e ciò che è dentro sta dentro. Quindi accertatevi di esservi del tutto purificati da ogni energia estranea prima di innalzare un muro di luce e di protezione intorno a voi. Molte persone usano simboli come una croce o una stella a sei punte. Ricordate che, non appena vi concentrate, date vita ai vostri pensieri. Proteggete voi stessi con la vostra intenzione: i simboli sono solo strumenti per rinforzarla.

Espandere all'esterno la vostra luce

La manifestazione della luce di cui siete fatti è una necessità vitale e salutare per vivere nel mondo fisico. Uso molto spesso questa semplice tecnica con gente che ha perso il contatto con la propria luce interiore e sente come se la vita non avesse più nulla da offrire. Dopo aver utilizzato questa tecnica per un periodo di tempo, i miei clienti mi hanno detto che la loro vita e il loro atteggiamento erano

cambiati in una visione più positiva. È una benedizione condividere questo con ciascuno di voi.

Ancora una volta cominciate con i due esercizi precedenti. Dopo esservi radicati e protetti, la vostra mente dovrebbe essere in uno stato molto ricettivo e consapevole.

Visualizzatevi seduti in un giardino che avete creato. Create il vostro ambiente, come lo volete. Forse avete scelto fiori multicolori e alberi. Aggiungete un lago al vostro giardino, alcune panchine e tutti i particolari che creano l'ambiente che desiderate sperimentare. Ciascuno di noi è diverso. Alcuni amano cespugli di rose, mentre altri potrebbero volere i lillà. Non importa: voglio soltanto che vi guardiate intorno e vi troviate nel giardino che avete scelto.

In questo giardino c'è un albero lontano, a cui è appeso uno specchio. Salite sull'albero e guardate nello specchio. Ora guardate più intensamente, proprio attraverso la sua superficie. Entrate nel riflesso e, mentre diventate una cosa sola con il vostro riflesso, vedete come siete ora nel momento presente. Osservatevi il volto, il corpo e tutti i dettagli possibili. Mentre fissate il vostro riflesso, portate la vostra attenzione a tutte le aspettative che gli altri hanno riposto in voi. Vedete le aree della vostra esistenza dove avete bisogno di essere perdonati e le persone nella vostra vita che avete bisogno di perdonare. Portate nel riflesso tutte quelle situazioni in cui avete dei sensi di colpa.

Ora fate entrare l'amore. Vedete quelle persone o quelle situazioni e mettete là il vostro amore. Vedete la luce rosa dell'amore che si leva dal centro del vostro cuore e tocca ogni persona e ogni cosa, permettetele di lambire anche ogni vostra parte. Voi siete l'amore, siete fatti d'amore.

Ora fate un passo indietro dallo specchio, e vedetevi mentre state nel vostro giardino: i fiori sono più luminosi e più grandi, gli uccelli cantano con gioia, il cielo è tinto dei colori del cuore e voi siete consapevoli di essere un'entità di amore, spirituale, che può creare la vita desiderata. Guardate il sole e vedetelo come un vostro riflesso. Voi siete la Luce. Ora che avete compreso questo, non potete più celarla, perché la luce ha bisogno di splendere e toccare chiunque circondi.

14

Guidare i nostri figli

E ne feci una penna agreste
E macchiai la limpida acqua
E scrissi le mie canzoni felici
Che ogni bimbo può sentire con gioia.

WILLIAM BLAKE,
Canti dell'innocenza e dell'esperienza

Uno dei modi più importanti di trasformare il nostro mondo è incoraggiando la crescita e lo sviluppo nei nostri bambini. Come spiriti, siamo nati in famiglie con le quali abbiamo avuto molti legami karmici. Ogni membro ha scelto l'altro come parte del suo disegno di vita: uno a uno scegliamo i nostri rispettivi ruoli di padre, madre, sorella, fratello, figlia, figlio, zia, zio, e così via. Con tutti gli attori al proprio posto, il dramma ha inizio.

Allevare i figli nel mondo odierno è estremamente difficile: i bambini sono esposti a violenze, droghe e sesso, come mai lo sono stati in passato. I valori sembrano essere impazziti, ma è anche vero che, proprio nell'esatto momento in cui le cose sembrano vacillare, ci troviamo in un periodo d'incredibile potenziale per l'illuminazione e per l'espansione. I bambini possono sviluppare le loro capacità mentali più rapidamente che mai: il risultato è che ci sono esseri più brillanti e più consapevoli che proseguiranno il loro percorso nel futuro. Quando le persone deci-

dono di avere dei figli, hanno l'obbligo non solo di mantenere una vita a livello fisico, ma anche di incoraggiare allo stesso modo il corpo spirituale e quello emozionale. A questi livelli un bambino è come una spugna psichica che assorbe tutte le impressioni presenti nell'ambiente.

Quindi, i genitori hanno bisogno di rendersi conto che sono responsabili dei sentimenti e dei pensieri che manifestano poiché questa energia passa direttamente nella psiche del bambino e tale condizionamento è portato come bagaglio nell'età adulta. Quanti di noi ascoltano ancora i messaggi dei genitori, anche se sono lontani chilometri o morti? A causa della nostra correlazione reciproca, abbiamo bisogno di cominciare a insegnare ai nostri bambini la dignità, i valori e le priorità con l'esempio.

Ho lavorato con i bambini in molte vesti, da educatore a insegnante e spiritualista, e volta dopo volta ho trovato un filo comune con loro: imitano i genitori.

Generalmente sono soliti ripetere le parole e le azioni di mamma e papà. Così nelle mie letture risulta spesso che i problemi di insicurezza, la mancanza di valori e la sfiducia derivano dall'educazione ricevuta. In queste situazioni i genitori non hanno adempiuto alle loro responsabilità.

Quelle che seguono sono linee guida che vorrei condividere con voi per educare un bambino in un'atmosfera che lo arricchisca spiritualmente. Benché le suggerisca a genitori, credo che tutti noi potremmo utilizzarle, sia che siamo nonni, zie, zii, insegnanti, leader religiosi, baby-sitter o semplicemente i vicini della porta accanto.

1. Incoraggiate e nutrite l'autostima

Non posso che cominciare enfatizzando quanto sia importante nutrire l'autostima. In nove letture su dieci che implicavano un suicidio o una dipendenza da droga o alcool, all'origine c'era una mancanza di autoidentità e amore di sé. Quale punto di riferimento ha un bambino se non le azioni e le parole degli adulti intorno a lui? Come facciamo a credere che i nostri figli sappiano chi sono? Cosa diciamo loro, pensiamo di loro, e facciamo a loro? Sono messaggi d'amore o dure critiche? Convalidiamo i loro istinti o li facciamo tacere? Se i bambini non hanno comprensione ed empatia a casa, la cercheranno da qualcuno o qualcosa fuori della famiglia, di questo possiamo essere certi. Ricorreranno alla televisione, ai film e agli amici per sviluppare l'individualità ed essere rassicurati. Quando cominciano a identificarsi con le influenze esterne e illusorie per avere conferma, saranno inevitabilmente delusi, non solo, ma cresceranno anche con atteggiamenti e valori materialistici. Una pressione esercitata dai coetanei li forzerà a recitare dei comportamenti al fine di essere accettati e confermati.

Suggerisco che genitori e parenti diano più sostegno positivo possibile ai bambini. Noi abbiamo bisogno di dimostrare amore. Quando erano neonati, erano sostenuti e toccati e gli si sorrideva. Quando diventano più grandi, non dimenticate di abbracciarli e dire loro che li amate, in particolare quando vanno a scuola e svolgono attività con gli amici. Approvazione, comprensione, risate e amore fanno in modo che un bambino cresca per diventare un adulto pieno di risorse e completo. Facciamo sì che tutti noi siamo una fonte di autentica illuminazione e guida per la generazione più giovane.

2. Imparate a conoscere i vostri figli

Fate il possibile per essere coinvolti nella vita di un figlio: se gli piace un particolare tipo di musica, provate interesse per essa anche se non la "capite"; ritagliate del tempo durante la settimana per fare qualcosa di speciale insieme e siate consapevoli dei suoi umori e del suo comportamento. Un genitore dovrebbe essere abbastanza attento da poter dire se un bambino ha un problema.

Tante volte, dopo che un figlio si è cacciato nei guai, i genitori ammettono una mancanza di consapevolezza: erano troppo impegnati o troppo indifferenti per notare un cambiamento nel comportamento del loro bambino sino a quando è stato troppo tardi. State attenti, confidate nei vostri istinti e, soprattutto, parlate ai vostri figli, aiutateli a risolvere i loro dilemmi. Questo non solo incoraggerà un senso di apertura ma riaffermerà anche la fiducia.

3. Siate i loro migliori amici

Gli amici sono sempre presenti per dare una mano o per mostrare la via. Con loro potete discutere di qualsiasi cosa. Come genitori, si spera che conosciate i vostri figli abbastanza da esserne i migliori amici. Parlate al loro livello di comprensione pur restando consapevoli della vostra posizione di genitore, aiutateli a scegliere in modo sano gli amici senza giudizio né biasimo e continuate a costruire quella fiducia e il legame creato durante la nascita.

4. Insegnate il rispetto di sé e la responsabilità

Questo va a braccetto con l'autostima e la definizione della propria identità. Ai bambini bisogna insegnare la responsabilità, e il miglior modo per farlo è con l'esempio personale. Vi assumete la responsabilità delle vostre azioni, o inevitabilmente incolpate qualcuno o qualcos'altro quando le cose vanno male?

Il mondo è diventato così litigioso che spesso mi chiedo se c'è qualcuno che vuole assumersi la responsabilità delle proprie azioni. I bambini devono essere guidati con dolcezza a trattare loro stessi e il prossimo in modo giusto e sano, perciò assisteteli nel prendere decisioni dando loro suggerimenti su quale potrebbe essere la conseguenza e fate distinzione tra quelle che saranno positive e quelle dannose. I nostri bambini recepiscono tutto, in particolare quello che vedono alla TV. Quando insegnate loro la responsabilità, in primo luogo assegnate dei piccoli compiti da portare a termine e quando li hanno svolti, onorate i vostri figli e i loro successi, e discutete dei fallimenti in modo positivo cosicché, possano trarne insegnamento.

5. Siate aperti di mente e spiritualmente consapevoli

Ho scoperto che i genitori migliori sono coloro che hanno una mente aperta e una varietà di interessi che dà loro un ambito maggiore di comprensione quando educano. È importante per i genitori condividere le percezioni sulle proprie esperienze di crescita con i figli.

La vita spirituale dei bambini è così trascurata o negata. Educate i figli alla consapevolezza che sono esseri spirituali che operano attraverso lezioni di autoconsapevolezza. Se hanno "visioni", o visite dei loro amici "invisibili", o fanno sogni vi prego di non dire: "È solo un sogno", accantonandoli.

Le visioni e i sogni hanno bisogno di essere nutriti e impiegati, quindi chiedete loro di descrivervi i sogni, anche se non li capite: potreste essere sorpresi di quanto siano rivelatori una volta che cominciate ad ascoltare. I bambini sono estremamente sensitivi e chiaroveggenti. Soprattutto, non invalidate né scoraggiate mai questo tipo di comportamento.

6. Ricordatevi che i bambini vi stanno guardando

Il primo e principale modo di insegnare a qualcuno è tramite l'esempio, in altre parole, insegnate tramite il modo in cui voi conducete la vostra vita. I bambini sono bravissimi a imitare. Dovete trattare voi stessi con amore e rispetto se vi aspettate che vostro figlio faccia altrettanto, perché voi siete il suo specchio del mondo esterno e dovete dimostrare le qualità e i principi attraverso i quali vorreste che lui vivesse. Se bevete e fate uso di droghe, aspettatevi che vostro figlio faccia lo stesso; se bestemmiate e imprecate contro gli altri, aspettatevi che vostro figlio segua le vostre orme e se vi fate male da soli, vi sentite molto depressi o trascorrete tutto il vostro tempo lavorando o acquistando oggetti materiali, e dedicate poco tempo alle cose spirituali, è probabile che la mela non cadrà lontano dall'albero. Quando i genitori dicono una co-

sa e agiscono in modo diverso, non solo creano confusione nel bambino, ma dopo poco i figli perdono fiducia in loro.

7. Insegnate ai vostri figli ad avere sicurezza in loro stessi

Una delle prime cose che i bambini devono imparare è che vivono in un mondo imperfetto. Sebbene, secondo la nostra mente umana, la vita non è sempre giusta, a un livello spirituale ogni cosa accade per uno scopo. Incoraggiate i bambini a usare il libero arbitrio per cambiare ciò che a loro non piace affinché il mondo possa diventare un luogo migliore in cui vivere, ma insegnate loro che, come noi, devono cominciare a cambiare interiormente, dalla loro consapevolezza di Dio. Date loro le chiavi spirituali per una vita felice e appagante.

8. Celebrate l'individualità

Infondete da subito in vostro figlio la convinzione di non essere come nessun altro su questo pianeta. I bambini sono nati con una saggezza innata e propri talenti donati da Dio e questo non solo li distingue da chiunque altro, ma li costringe anche a vedere il mondo nella loro prospettiva unica. Potrete influenzare alcuni lati del carattere, ma non potrete plasmarli e formarli in ciò che volete esattamente. Non comparateli mai a nessun altro, perché questo turba il loro spirito.

Nell'insieme, trattate vostro figlio come fareste con un fiore o con una pianta: il seme per il "sé" è già presente in

lui, ma, come ogni fiore o pianta, ha bisogno di essere fertilizzato, innaffiato, tenuto al riparo e curato. Osservate come il fiore sbocci nel momento in cui riconoscete la sua bellezza e la sua vita, celebrate l'energia della Forza di Dio che tutti condividiamo e guardate vostro figlio brillare, con un po' di pazienza, di divertimento e di sostegno.

Incoraggiate la sua autostima ricordando che è unico, un essere speciale fatto dell'amore di Dio, arricchite e celebrate la sua individualità e la sua presenza su questa terra.

15

Le chiavi per accedere alla vita superiore

La vita di tutti i grandi uomini ci ricorda
Che possiamo rendere la nostra sublime,
E, partendo, lasciare dietro di noi
Orme sulla sabbia del tempo.

HENRY WADSWORTH LONGFELLOW,
Resignation

Noi possediamo tutti i tesori spirituali necessari per vivere una vita piena, produttiva e felice e questi ideali possono anche aiutarci a raggiungere uno stato di coscienza superiore. Quando ci saremo risvegliati a essi, non vorremo nulla, poiché Dio è abbondanza personificata: c'è una scorta illimitata di amore e ricchezze accumulate in Paradiso che noi possiamo portare sulla terra.

Noi siamo benedetti ogni giorno dalla presenza dello spirito in tutte le cose che viviamo. Mi riferisco allo spirito in cui si esaudisce costantemente ogni necessità e desiderio. Il modo in cui ci infiliamo nello spirito dipende da ciascuno di noi in quanto individui: ciò che mettiamo in movimento ritorna a noi. Ricordate che ci muoviamo sempre attraverso un mare invisibile di pensieri e che Dio ci darà sempre ciò che chiediamo sulla base dei nostri pensieri, perciò se questi insistono su povertà e malattia, ci attrarremo tali condizioni, mentre se li eleviamo a un li-

vello di vibrazione superiore, raccoglieremo armonia e abbondanza. Questa è una legge universale fissa che non può essere cambiata.

È naturale per tutti vivere un'esistenza completamente nell'armonia e nella prosperità? Sì, in verità è così. Se non si vive in questo modo si devono rivalutare i propri pensieri per scoprire perché non è così. Dipende da noi pensare nella maniera più positiva, in modo da poter aiutare noi stessi e quelli che ci circondano, siano persone amate o estranei.

Il mondo esterno è semplicemente un riflesso del mondo che hai creato dentro.

Voi create ciò che vi accade. Quando lo comprendete, non potete più diventare vittime di alcuna situazione. Quelle che seguono sono alcune chiavi che possono aiutare a elevare i nostri pensieri, strumenti che ho utilizzato nel corso degli anni come una mappa del tesoro per ritrovare me stesso. Mi auguro che anche voi impariate a usarle e a renderle parte integrante della vostra vita, per aprire la cassa del tesoro interiore.

Chiavi

PAZIENZA

La pazienza è un prodotto raro nel mondo odierno: tutti sembrano volere ogni cosa proprio immediatamente! Comportamenti aggressivi e impulsivi sono apprezzati in

special modo negli affari, negli sport e nei divertimenti, ma quando proviamo a far accadere le cose perdiamo, per così dire, proprio la nave spirituale. Ogni cosa arriva a suo tempo; con ciò non voglio dire che dobbiamo diventare apatici o respingere le opportunità quando si presentano. Esattamente il contrario! Quando possedete la pazienza, avete veramente il controllo del vostro ambiente: siete voi a decidere il momento opportuno di agire, e quando non agire, al fine di comprendere la gamma completa di possibilità disponibili. La pazienza insegna autocontrollo per mezzo della conservazione dell'energia. Con questa energia avete il potere di prendere decisioni che sono per il vostro bene. Suggerisco sempre agli studenti che, prima di agire, ci "meditino sopra" e che permettano allo spirito di mostrarsi con indicazioni e informazioni.

Quando agite o reagite con impazienza, potete ottenere veramente un effetto avverso, perciò, talvolta, la miglior condotta è non fare nulla, far maturare la situazione e farla evolvere secondo il suo corso naturale. Non appena imparerete a essere più pazienti, vi sentirete meno sottoposti a tensione, meno spaventati dalla vita e più consapevoli delle decisioni da prendere.

Saggezza

La saggezza è sapere che la coscienza di Dio risiede dentro di voi, e che avete tutto l'amore, la luce e il potere dell'infinito a vostra disposizione. Per essere saggi dovete diventare pienamente consapevoli delle leggi dell'universo e vivere in accordo con esse. La saggezza non s'impara da un libro, ma attraverso le esperienze di una vita dopo un'altra: ogni vissuto è impresso nella coscienza della vostra anima perché si perfezioni durante il corso delle vo-

stre esistenze sulla terra. È un'ironia della vita il fatto che più saggi diventate, più comprendete quanto poco in realtà sappiate.

Coraggio

Per avere coraggio dovete credere in voi stessi: non sto parlando di un atteggiamento egoistico, ma mi riferisco a una fede nel potere insito in voi.

Una persona coraggiosa ha consapevolezza del disegno più grande e conoscenza del piano divino. Con fiducia e perseveranza tutti noi possiamo avere il coraggio di sentire la voce interiore e seguirla. Una persona simile è disposta ad aprire il suo cuore agli altri ed essere vulnerabile ai cambiamenti imprevedibili della vita.

Con il coraggio abbiamo sempre la facoltà di affrontare gli ostacoli, poiché sappiamo che sono sempre presenti infinite possibilità. Il coraggio ci dà la fiducia di cui abbiamo bisogno per seguire il nostro cuore, non importa quali influenze esterne sembrino bloccare il nostro percorso.

Equilibrio

L'equilibrio è un'altra qualità che sembra mancare nella vita di molte persone nel mondo attuale, dove tutto è accelerato. Sembra molto più semplice permettere alle parti inferiori della nostra natura di dominare e di acquisire importanza, ma per portare equilibrio nella nostra vita dobbiamo armonizzare il sé materiale o terreno con il sé spirituale. L'eccesso in ogni parte del nostro essere, sia esso emozionale, mentale, spirituale o fisico tende a indebolirci piuttosto che rafforzarci. Quando abbiamo perso

l'equilibrio in qualsiasi sfera della nostra esistenza, tendiamo a operare spinti dalla paura piuttosto che dall'amore.

Discernimento

Al giorno d'oggi avete bisogno di molto discernimento per vedere la verità in tutte le cose. Troppi rimangono intrappolati nei pensieri e nelle emozioni della coscienza collettiva e sono incapaci di vedere gli alberi nella foresta. Quando vi affrettate a criticare e giudicare senza avere tutti gli elementi di una situazione, imparate molto poco; suggerisco di chiedere sempre cosa c'è dietro a qualunque persona o circostanza per accertarsi che ci sia una verità spirituale al centro.

Fede

Tutti abbiamo sentito l'espressione "abbi fede". Ma la fede è eterea e difficile da tenere stretta. Ancora una volta, è una consapevolezza il fatto che siamo eternamente colmati di tutto quello che desideriamo e necessitiamo. La fede il riconoscimento della natura invisibile dell'universo e va a braccetto con la fiducia. Quando avete fede in voi stessi e in Dio, sapete di essere salvi, amati e mai soli. Credete nella vostra natura spirituale e sapete che tutte le cose sono possibili attraverso il pensiero creativo. Imparate ad avere fede e fiducia nella luce della vostra anima.

Creatività

La creatività è la capacità di dare forma a idee, a sensazioni e a espressioni che, in un modo o nell'altro, possono tra-

sformare il mondo fisico. È una componente della luce di Dio di cui noi tutti siamo fatti, e non appartiene esclusivamente agli artisti, ai musicisti o agli scrittori. Quindi, siamo tutti creativi e possiamo usare questa energia divina in ogni cosa, per rendere la vita più facile. Ogni volta che sorge un problema in una relazione, in famiglia, nella carriera, nell'ambito finanziario o in qualunque area della nostra vita quotidiana, abbiamo la capacità di risolvere la situazione attraverso la nostra scintilla creativa innata. Dio è una fonte copiosa di idee ed espressioni. C'è sempre qualche via per alleggerire il nostro fardello. La creatività dà anche vita: scioglie i blocchi energetici presenti nei nostri vari corpi e aiuta a portare equilibrio nella nostra vita. Quando usiamo questa dote, in particolare quando la sfruttiamo per il massimo bene dell'umanità, utilizziamo l'energia della Forza di Dio nella sua più elevata manifestazione possibile.

Gioia e riso

Sembra che equipariamo la spiritualità con la severità, ma essere spiritualmente disciplinati non significa che dobbiamo vivere una vita seria. Trovo che le persone dotate di senso dell'umorismo vivano in modo più felice e diano più gioia agli altri. Vedere il lato più vivace e prospero in tutte le cose aiuta a mantenere vitale e felice il nostro bambino interiore. Se viviamo una vita colmata da Dio, è solo naturale che noi esprimiamo gioia, riso, entusiasmo e felicità.

Dopotutto, come possiamo attribuire all'ottuso mondo materiale così tanta importanza? Ricordate che il nostro corpo spirituale è leggero e vivace, perché solo la nostra realtà fisica è pesante e statica. Perché rimanere impanta-

nati nelle condizioni terrene, che sono effimere? Quando scopriamo l'umorismo e il piacere nel mondo di Dio, sperimentiamo le gioie spirituali.

Amore

L'amore è la componente più importante della vita. Unifica ogni cosa, attrae e attira su di noi tutto ciò che è buono. Attraverso l'amore diventiamo più consapevoli e sensibili alle necessità dell'umanità e vediamo l'unità, il senso di comunione e la traccia di Dio in ogni persona. Possiamo iniziare con la nostra famiglia, con gli amici e con i colleghi, li possiamo amare anche se pensiamo che abbiano fatto qualcosa di sbagliato, possiamo essere là per loro. Questo è il modo in cui dimostriamo il nostro amore.

Dico sempre che la parola *bene* contiene la parola *Dio*. L'amore è la cosa più vicina al cielo che abbiamo sulla terra. L'amore dimostra Dio. Questo potere divino, di consolazione e di guarigione è la base di tutto su questa terra. Senza non abbiamo nulla e cessiamo di esistere.

Il cammino spirituale non sarà sempre piano, ma inevitabilmente costellato da deviazioni o da vicoli ciechi, tuttavia ricordate che lungo la strada, non viaggerete mai soli. La vostra famiglia illuminata e le guide del mondo spirituale sono sempre con voi per darvi sicurezza e guidarvi.

Voi siete qui per manifestare l'amore di Dio in tutto ciò che fate. Molte volte vi sembrerà più semplice seguire i desideri del sé inferiore, ma siate pazienti, non soccombete alle ondate della coscienza collettiva, ricercate la verità anche quando molti tentano di riempirvi la testa e il cuore di falsità, non compromettete mai i vostri ideali spiri-

tuali perché questo ostacola la vostra evoluzione e non dimenticate mai che siete eterni figli di Dio.

Soprattutto, seguite il vostro cuore e siate coerenti con voi stessi, non vivete mai la vita di un altro: dovete creare la vostra strada. Ricordate che avete la responsabilità di essere i migliori possibili, così mantenete la mente e il cuore aperti agli aspetti superiori del vostro essere. Voi siete la luce. Che voi possiate, nel vostro viaggio, essere colmati di spirito.

Usate la vostra consapevolezza spirituale per incoraggiare e sollevare gli altri. Mentre noi innalziamo, illuminiamo e amiamo il prossimo, aiutiamo coloro che sono ostacolati dalle illusioni, dai giudizi e dai concetti erronei. Noi mostriamo le chiavi che li condurranno alla loro meravigliosa luce interiore.

Fate risplendere la vostra luce in tutta la terra, in modo che ognuno possa vederla, allora sarà valsa la pena aver compiuto il vostro viaggio. Poi potrete tornare in Paradiso con la consapevolezza che avete fatto la vostra parte nel portare l'energia di Dio sulla terra. Saprete che voi, un'anima, avete reso il mondo un luogo migliore.

FONTI

A World Beyond, di Ruth Montgomery, edito da Fawcett, Greenwich, Conn., 1971.

Book on Mediums, di Allen Kardac, edito da Colby and Rich, Boston, 1874; tr. it., *Il libro dei medium*, edito da Edizioni Mediterranee, Roma, 1992.

Encyclopedia of Afterlife Beliefs and Phenomena, di James R. Lewis, edito da Gale Research, Detroit, 1994.

Harper's Encyclopedia of Mystical and Paranormal Experiences, di Rosemary Ellen Guiley, edito da HarperCollins, New York, 1991.

Life Before Life, di Helen Wambach, edito da Bantam, New York, 1979; tr. it., *Vita prima della vita*, edito da Edizioni Mediterranee, Roma, 1991.

Life Between Life, di Joel L. Whitton e Joe Fisher, edito

da Warner, New York, 1986; tr. it., *Vita tra le vite*, edito da Gruppo Editoriale Armenia, Milano 1988.

Life in Spirit, di Harry Edwards, edito da Harry Edwards Spiritual Healing Sanctuary Trust, Gran Bretagna, 1976.

Living Between Two Worlds, di Joel S. Goldsmith, edito da I-Level Publications, Austell, Ga., 1974.

Man and His Bodies, di Annie Besant, edito da Theosophical Publishing House, Wheaton, Ill., 1912.

Many Lives, Many Masters, di Brian L. Weiss, edito da Simon & Schuster, New York, 1988; tr. it., *Molte vite, molti maestri*, edito da Arnoldo Mondadori Editore, Milano, 1997.

Reincarnation: The Cycle of Necessity, di Manly Palmer Hall, edito da Philosophical Research Society, Los Angeles, 1946.

Spiritual Unfoldment 3: The Way to Inner Mysteries, di White Eagle, edito da White Eagle Publishing Trust, Gran Bretagna, 1987.

The New Steinerbooks Dictionary of the Paranormal, di George Riland, edito da Rudolf Steiner Publications, New York, 1980.

The Etheric Body of Man: The Bridge of Consciousness, di L.J. Bendit, edito da Theosophical Publishing House, Wheaton, Ill., 1982.

The Transition Called Death, di Charles Hampton, edito da Theosophical Publishing House, Wheaton, Ill., 1982.

Through Death to Rebirth, di James S. Perkins, edito da Theosophical Publishing House, Wheaton, Ill., 1982.

Treasury of Spiritual Wisdom, di Andy Zubko, edito da Blue Dove, San Diego, 1996.

INDICE

Ringraziamenti pag. 7
Prefazione 11

Parte Prima
IL VIAGGIO

1. All'inizio 17
2. Risvegliare la mente 24
3. Arrivare a conoscerci 33
4. La morte, la via verso casa 49
5. I regni spirituali 62
6. Lo spirito in evoluzione 80
7. Ritornare sulla Terra 92

Parte Seconda
LO SPIRITO PARLA

8. Aspettative 109
9. Colpa 126

10. Paure 141
11. Perdono 155
12. Amore 170

Parte Terza
IL RISVEGLIO

13. Ricordare il vostro vero sé 187
14. Guidare i nostri figli 197
15. Le chiavi per accedere alla vita superiore 205

Fonti 213

Finito di stampare nel mese di settembre 2000
presso Legatoria del Sud
Via Cancelliera 40 - Ariccia (RM)

Printed in Italy

"Chiunque metta in discussione la vita dopo la morte
deve leggere *Le chiavi del Paradiso*."
DANNION BRINKLEY

"Van Praagh ha cambiato la vita di milioni di persone.
È riuscito ad allontanare la paura della morte
e ha portato ai genitori addolorati
il conforto della presenza
dei loro figli scomparsi...
È impossibile restare indifferenti."
Newsweek

"James Van Praagh è senza alcun dubbio
il medium più dotato sul pianeta
in questo momento."
BRIAN L. WEISS

ISBN 88-454-2037-X
9 788845 420375